

社交不安の自己認識に関する心理学的研究

著者	泉水 紀彦
内容記述	この博士論文は内容の要約のみの公開（または一部非公開）になっています
発行年	2015
学位授与大学	筑波大学 (University of Tsukuba)
学位授与年度	2014
報告番号	12102甲第7479号
URL	http://hdl.handle.net/2241/00129586

平成 26 年度
博士論文(心理学)

社交不安の自己認識に関する心理学的研究

筑波大学大学院人間総合科学研究科
ヒューマン・ケア科学専攻

泉 水 紀 彦

目 次

第 1 部 理論的検討

第 1 章 社交不安の自己認識に関する研究の動向と … 2

本研究の位置づけ

第 1 節 社交不安とは	3
第 2 節 認知行動的観点からの社交不安モデルの動向	5
第 1 項 Clark & Wells モデルと Rapee & Heimberg モデル	
第 2 項 社会的対象として自己	
第 3 節 社交不安における自己認識	10
第 1 項 社交不安傾向の高い人の関心事	
第 2 項 自分についての心的イメージ	
第 3 項 社交不安モデルにおける自己イメージの位置 づけ	
第 4 項 社交不安の認知モデルへの作動自己の導入	
第 5 項 本研究における着目点	
第 4 節 社交不安の自伝的記憶バイアスを扱った研究 の動向	21
第 1 項 自伝的記憶想起における情報バイアス	
第 2 項 自伝的記憶想起における視点バイアス	
第 3 項 自伝的記憶バイアスを扱った研究のまとめ と問題点	
第 5 節 社交不安の自己イメージを扱った研究 の動向	29
第 1 項 自己イメージの内容に関する先行研究	

第 2 項	自己イメージにおける情動価	
第 3 項	自己イメージにおける感覚モダリティ	
第 4 項	自己イメージを扱った研究のまとめと問題点	
第 6 節	第 1 章のまとめ	37
第 2 章	本論文の目的	… 40
第 1 節	本論文の目的	41
第 2 節	本論文における研究対象	45
第 2 部 実証的検討		
第 3 章	自伝的記憶想起における視点と身体感覚の関連	… 48
第 1 節	社交不安における過去の出来事の種類・ 時期と記憶想起視点との関連(研究 1-1)	49
第 2 節	記憶想起時の視点と、身体感覚および 想起時の特徴との関連の検討(研究 1-2)	65
第 3 節	社交不安高低群における情動価の異なる 社会的状況想起の比較(研究 1-3)	91
第 4 節	第 3 章のまとめ	100
第 4 章	社会的状況における体験とその体験について想起 される自伝的記憶内容の検討	… 102
第 1 節	社会的状況における参加者の自己評価 の変化(研究 2-1)	103
第 2 節	自伝的記憶想起における記憶内容の検討 (研究 2-2)	119
第 3 節	社会的状況における参加者の生理的変化と 自伝的記憶・自己評価との関連の検討(研究 2-3)	139

第 4 節	第 4 章のまとめ	151
第 5 章	情動価が異なる自己イメージの影響の検討	… 153
第 1 節	情動価が異なるイメージの生成の特徴の検討 (研究 3-1)	154
第 2 節	情動価が異なるイメージによる不安・行動の 自己評価への影響の検討(研究 3-2)	168
第 3 節	情動価が異なる自己イメージによる不安 ・行動の自己評価と評定者評価の比較(研究 3-3)	183
第 4 節	第 5 章のまとめ	197
第 6 章	視点と身体感覚が異なる自己イメージの影響の検討	… 199
第 1 節	視点と身体感覚が異なるイメージの分析 (研究 4-1)	200
第 2 節	視点と身体感覚が異なる自己イメージによる 気分や自己評価への影響(研究 4-2)	221
第 3 節	視点と身体感覚が異なる自己イメージによる 気分・自己評価と評定者評価への影響(研究 4-3)	249
第 4 節	第 6 章のまとめ	266
第 3 部 総合考察		
第 7 章	総合考察	… 269
第 1 節	本研究のまとめ	270
第 2 節	自伝的記憶想起とイメージ生成における視点	278
第 3 節	本研究の意義	280
第 4 節	本研究の限界と今後の展開	282

引用文献	… 284
------	-------

要約	… 293
----	-------

本論文を構成する研究の発表状況

謝辞

資料

第 1 部 理論的検討

- 第 1 章 社交不安の自己認識に関する研究の動向と本研究の
位置づけ
- 第 2 章 本論文の目的

第1章

社交不安の自己認識に関する研究の動向と本研究の位置づけ

- 第1節 社交不安とは
- 第2節 認知行動的観点からの社交不安モデルの動向
- 第3節 社交不安における自己認識
- 第4節 社交不安の自伝的記憶バイアスを扱った研究
の動向
- 第5節 社交不安の自己イメージを扱った研究の動向
- 第6節 第1章のまとめ

第1節 社交不安とは

社交不安とは、「現実あるいは想像上の社会的状況において、他者からの評価に直面したり、またそれを予測することから生じる不安状態」(Schlenker & Leary, 1982)と定義される。社会的状況(social situation)とは、観衆や相手が存在する対人相互作用状況のことを示し、他者から観察される人前でのパフォーマンス状況と、他者と交流する相互作用状況に大別される(Mattick & Clarke, 1998)。

社交不安の中でも苦痛が強く、生活に支障が出るようになったものを社交不安障害と呼ぶ。この障害は、「他者の注視を浴びる可能性のある1つ以上の社交場面に対する、著しい恐怖または不安」を特徴とし、回避行動や強い不安・苦痛により、社会活動・対人関係に強い影響を及ぼす(DSM-5: American Psychiatric Association, 2013)。DSM-5における社交不安障害の診断基準を Table 1-1-1 に示した。社交不安障害といった臨床的な疾患だけではなく、非臨床的な一般健常者においても、人前に出ると緊張する、または人からどう思われているのか気になってしょうがない、自分の振る舞いが相手を傷つけているのかもしれないと思う人々がみられる。

社交不安は、本邦ではしばしば対人不安とも呼ばれる。健常者においても、社交不安を強く感じ、他者とのかかわりを避けようとする人々もいれば、不安を感じても日常生活に支障をきたさない人々もおり、感じる不安の程度は人によって大きく異なる。社交不安傾向の高い人と社交不安障害患者は、類似した心理過程を持つと考えられており(Stopa & Clark, 2001)、社交不安障害を対象とした臨床研究のみならず、社交不安傾向が強い個人を対象としたアナログ研究も盛んである。

Table 1-1-1 DSM-5 のにおける社交不安障害の診断基準

A.	他者の注視を浴びる可能性のある1つ以上の社交場面に対する、著しい恐怖または不安。例として、社交的なやりとり（例：雑談すること、よく知らない人に会うこと）、見られること（例：食べたり飲んだりすること）、他者の前で何らかの動作をすること（例：談話をすること）が含まれる。
	注：子どもの場合、その不安は成人との交流だけでなく、仲間達との状況でも起きるものでなければならない。
B.	その人は、ある振る舞いをするか、または不安症状を見せることが否定的な評価を受けることになると恐れている（すなわち、恥をかいたり恥ずかしい思いをするだろう、拒絶されたり、他者の迷惑になるだろう）。
C.	その社交的状況はほとんど常に恐怖または不安を誘発する。 注：子どもの場合、泣く、かんしゃく、凍りつく、まといつく、縮み上がる、または、社交的状況で話せないという形で、その恐怖または不安が表現されることがある。
D.	その社交的状況は回避され、または、強い恐怖または不安を感じながら堪え忍ばれる。
E.	その恐怖または不安は、その社交的状況がもたらす現実の危険や、その社会文化的背景に釣り合わない。
F.	その恐怖、不安、または回避は持続的であり、典型的には6ヶ月以上続く。
G.	その恐怖、不安、または回避は、臨床的に意味のある苦痛、または社会的、職業的、または他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている。
H.	その恐怖、不安、または回避は、物質（例：乱用薬物、医薬品）または他の医学的疾患の生理学的作用によるものではない。
I.	その恐怖、不安、または回避は、パニック症、醜形恐怖症、自閉スペクトラム症といった他の精神疾患の症状では、うまく説明されない。
J.	他の医学的疾患（例：パーキンソン病、肥満、熱傷や負傷による醜形）が存在している場合、その恐怖、不安、または回避は、明らかに医学的疾患とは無関係または過剰である。
該当すれば特定せよ	
パフォーマンス限局型：その恐怖が公衆の面前で話したり動作をしたりすることに限定されている場合	

DSM-5 (APA, 2013) から引用

第2節 認知行動的観点からの社交不安モデルの動向

Clark & Wells モデルと Rapee & Heimberg モデル

近年、社交不安は、認知行動的アプローチからの検討が行われており、社交不安障害患者や社交不安傾向の高い人がどのように不安を感じて、パフォーマンスが悪くなり、症状が維持されるのかを示した社交不安の認知行動モデルが提唱されている(Clark & Wells, 1995 ; Rapee & Heimberg, 1997)。

Rapee & Heimberg(1997)が提示したモデル(Fig. 1-2-1)によると、社交不安の高い人は、知覚の段階で注意を向けている情報資源に偏りがある。そのため、否定的な評価に関する外的な手がかり(周囲からのフィードバック)、内的手がかり(身体症状)ばかりに注目してしまい、人から見られているという自己の心的表象(観衆からみたような自己の心的表象)を喚起してしまう。その自己の心的表象と、人々が期待する自己の心的表象を基準として照らし合わせ、否定的評価を受けるのではないかと考えるため、行動面・認知面・身体面の不安症状が生起する。また、これらの症状が外的・内的手がかりとして再び知覚されることによって悪循環が生じ、社交不安が維持される。もう一つの Clark & Wells(1995)の認知モデル(Fig. 1-2-2)では、社交不安を維持する4つのプロセスが提唱されている。第一段階では、社交不安傾向の高い人が社会的状況に入ったときに、自分の周りの人たちに注目するよりも社会的対象としての自分自身に注目する傾向(自己を社会的対象として処理する)が指摘されている。自己に注目することで、周囲に対して注意が向きにくくなり、周りからポジティブなフィードバックを受けることが出来なくなる。そのため、自分自身に注目することは不安につながる。第二段階として、

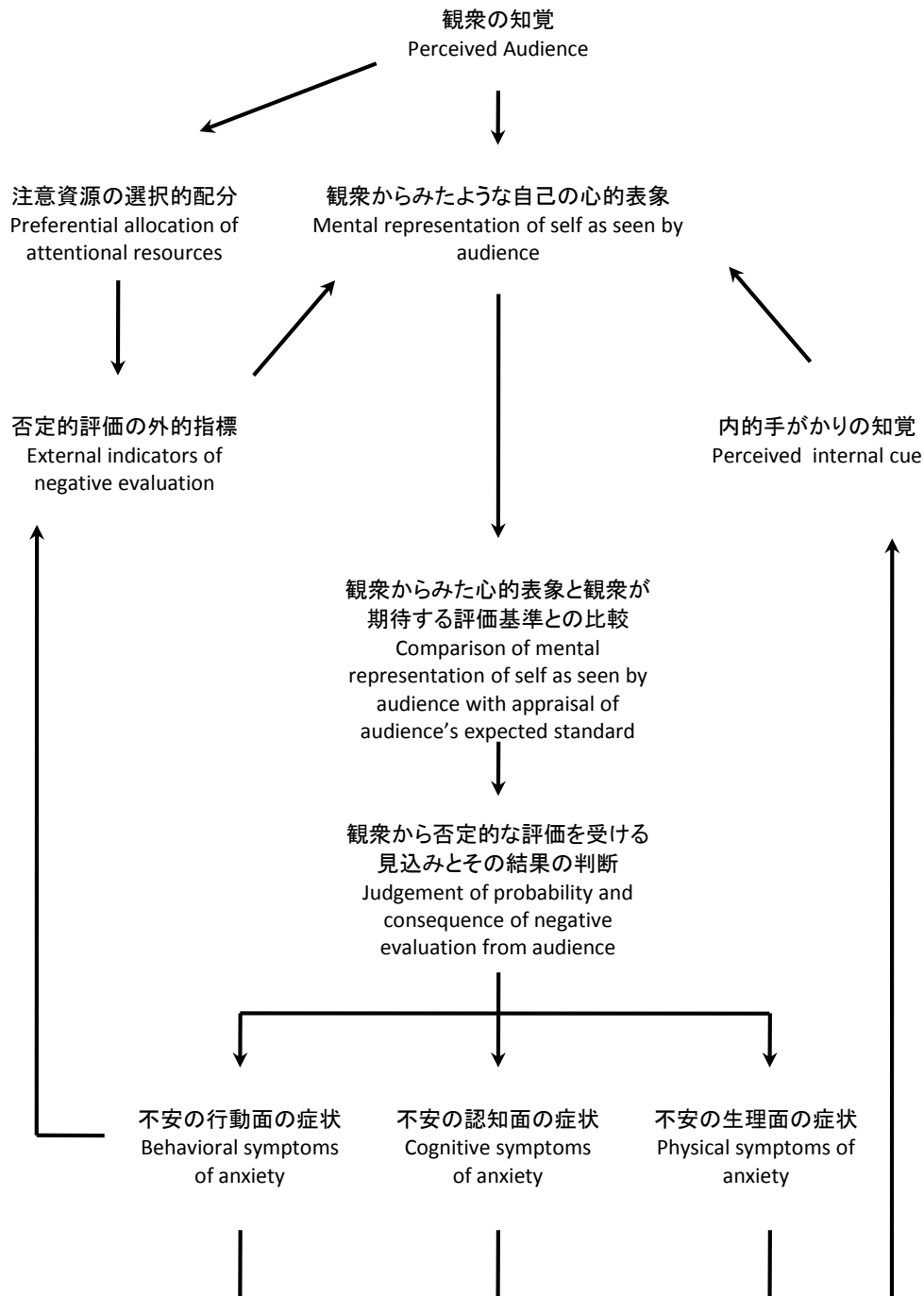


Fig. 1-2-1 Rapee & Heimberg の社交不安の認知行動モデル

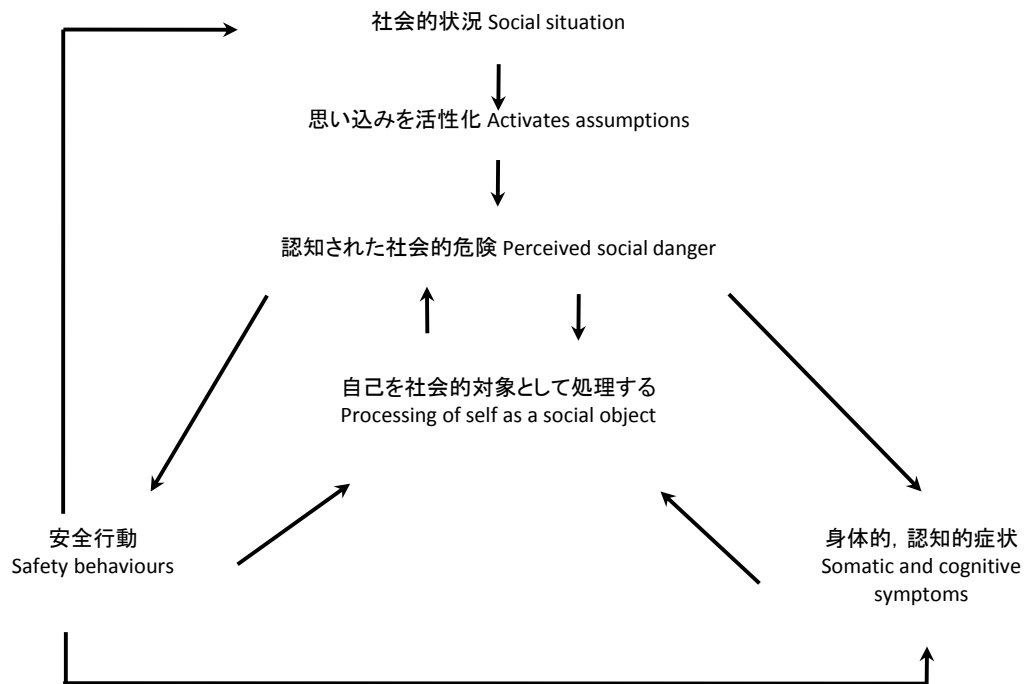


Fig. 1-2-2 Clark & Wells の社交不安の認知モデル

社交不安傾向の高い人は、安全行動をとる。安全行動とは、アイコンタクトを行わなかったり、多数の人から注目される状況を避けたりといった、他者とのかかわりを回避することである。安全行動をとることで、以後に2つの影響を及ぼす。第一に、アイコンタクトを避けるような安全行動をとることで、他者の表情を見ることができない。この行動は、社交不安傾向の高い人自身は役立つと思い込んでいるが、実際は問題を悪化させる。例えば、他者がどんな表情をしていても、社交不安傾向の高い人は相手を見ておらず、表情に変化がないので、相手から愛想がよくないと思われる可能性が高い。第二に、安全行動をとったために、人前で恐ろしい経験(他者の前で恥をかくなど)をしないと思いこんでしまう。その結果、「社会的状況は危険だ」という信念が修正される機会を失い、その信念を持ち続けてしまう。第三段階として、社交不安傾向の高い人はしばしば先走った不安を感じ、過去の不安を感じた社会的場面を振り返ってしまう。そのことでネガティブな自己イメージを維持し、ネガティブな考えを悪化させるといわれている。最後に、第四段階として、上記のような過程によって不安が生じ、その不安によって、実際に社会的状況で支障をきたし、パフォーマンスが低下するとされている。

社会的対象としての自己

Rapee & Heimberg(1997)のモデルと Clark & Wells(1995)のモデルの両者には、共通する要素がみられる。Rapee & Heimberg のモデルの“観衆からみたような自己の心的表象(mental representation of self as seen by audience)”と Clark & Wells のモデルの“自己を社会的対象として処理する(processing of self as a social object)”は共通しており、いずれのモデルでも、社会的状況での自己をどのように認識(把握)して

いるかが重要であると強調されている。Hackmann, Suraway, & Clark(1998)の表現を借りると、社交不安傾向の高い人は、他者(社会や観衆)の目を通して自分自身をみる(seeing yourself through others' eyes)という。

このように、社交不安特有の自己認識は、社交不安モデルの中で重要な役割をもつことが指摘されており、近年研究が活発になっている(レビューとして、Stopa, 2009a)。しかしながら、“自己”というのは多義的で膨大な研究領域をはらんでおり、研究間で社交不安のどのような自己認識をターゲットにするのか明確になっていない面がみられる。例えば、他者からみたような自己についての認識といっても、どのような形式なのか(心的イメージや印象・概念)、どのような状況下で生じる認識なのか、どのような情報から生成される認識なのかなどである。そして自己を取り上げることでどのような影響(治療的効果)がみられるのかについても明らかになっていない。

そこで次節では、社交不安における自己認識の先行研究について、概観を行った。

第3節 社交不安における自己認識

社交不安傾向の高い人の関心事

従来の研究では、社交不安に中核的な役割をもつものとして、「否定的評価への懸念(fear of negative evaluation)」(Watson & Friend, 1969)や、「望ましい社会的印象呈示の失敗」(Schlenker & Leary, 1982)が指摘されている。これらの研究により、社交不安への理解が深まりをみせたが、直接的には治療につながっていなかった。実際に社交不安障害で問題を抱える人を治療するにあたって、どのような要因が症状を維持しつつづけているのかを理解することが重要となってくる。社交不安の認知行動モデルや近年の研究によると、社交不安傾向の高い人がもっているネガティブな自己認識が、社交不安の維持に中核的な役割を持っていると考えられている(Clark & Wells, 1995; Moscovitch, 2009; Rapee & Heimberg, 1997)。

では、社交不安傾向の高い人は、社会的状況において、どのように自己をとらえているのだろうか。社交不安傾向の高い人にインタビューを行った先行研究によると、社交不安傾向の高い人は、赤面や汗、手の震えといった不安と関連した身体症状が生じた際に、状況に場違いな不安・緊張を感じていることを他者に知られてしまうことが怖いと報告した(Mersch, 1995)。同様に、McEwan & Devins(1983)も、社交不安傾向の高い人の重要な関心事を「他者から自分の身体症状がみえるかどうか」と報告している。

自己の状態が他者に露顕してしまうこと、そしてそのことにより、他者からの否定的な評価を受けてしまう可能性を懸念する心理的現象は、臨床心理学的観点だけでなく、社会心理学的観点からも検討されている。

社会心理学分野では、透明性の錯覚(illusion of transparency)と呼ばれる概念が存在する。透明性の錯覚とは、「思考や感覚、感情が、実際に生じているよりも、他者に明らかになっているという信念」のことであり、先行研究では相手に対して嘘をつく状況やまずい飲み物を飲んで喚起される嫌悪感を隠す状況などで確認されている(Gilovich, Savitsky & Medvec, 1998)。このような状況のほかにも、人前でスピーチを行う状況でも生じる現象であることが確認されている(Savitsky & Gilovich, 2003)。Brown & Stopa(2007)は、社交不安傾向の高い人を対象として、透明性の錯覚現象を検討した。実験の結果、他者からの評価の強度にかかわらず、社交不安傾向の高い人は、社交不安傾向の低い人と比較して、自己の内面が他者に筒抜けになっていると評価する傾向、つまり透明性の錯覚を感じる程度が高かった。上述の通り、社交不安傾向の高い人の心配は、自己の状態が他者に露頭してしまうことであり、透明性の錯覚が生じる前提条件である隠そうという動機が生まれると考えられる。このような状況においては、他者に自分の内的状態(緊張や不安)が筒抜けになっているかもしれないという信念が活性化し、他者に自分の隠したい部分を見透かされているのではないかという錯覚に陥ることになる。

以上のように、社交不安傾向の高い人には、他者に自分の身体症状がみえていないか、不安や緊張している自分の状態が筒抜けになっていないかと恐れている思い込みがみられることが示された。社交不安傾向の高い人は、社会的状況下での不安徴候に敏感で、他者が気づく程度を過大評価している様子がみてとれる。このような心配や恐れが、社会的状況における自己認識過程に影響していると考えられる。

自分についての心的イメージ

社交不安の認知行動モデルでは、社交不安の自己認識とはどのような形で研究されているだろうか。社会的対象として自己を処理する過程を扱う研究が取り上げてきたのは、ネガティブな自己イメージ(negative self-imagery)という心理的現象である。Hackmann et al. (1998)は、自己イメージについて、社交不安障害患者を対象に半構造化面接で調査した。この研究によると、自己イメージとは、社交不安障害患者が不安を感じる社交的状况やその予期状况において、頭に浮かぶ心的イメージのことである。しばしば自己イメージは、視覚モダリティを含んでおり、自分を外側からみたように描写されている。心的イメージは、社交不安傾向の高い人が恐れていること(例えば、顕著な赤面や発汗)が反映されたものである。社交不安傾向の高い人は、このような自己イメージを現在の本当の自分の様子だと思い込んでいるといわれる(Spokas, Rodebaugh & Heimberg, 2007)。Hirsch, Clark, Mathews & Williams(2003)では、実験的にネガティブな自己イメージを頭に浮かばせること(自己イメージの保持)で、その後のスピーチでのパフォーマンスへの影響を検討した。その結果、スピーチでの不安症状の増加やパフォーマンスの悪化がみられた。Rapee & Heimberg(1997)によると、自己イメージを作り出す情報は、長期記憶(自伝的記憶)から引き出された情報と、現在の身体的な固有受容感覚フィードバックのような情報(身体感覚情報)の2つの情報である。自伝的記憶とは、過去の自分に関わる記憶の総体であると定義されている(佐藤, 2008)。

以上のように、社交不安の心的イメージの研究をまとめると、社会的状況で生じるイメージは、社交不安傾向の高い人が恐れているものを含んでおり、社交不安傾向の高い人の自己認識を反映しているものである。

社交不安傾向の高い人が、常にどのように自分を認識しているか(一般的な自己認識)という観点よりも、個人が恐れている社会的状況下でどのように自分を認識しているか(現在の自己認識)が問題となる。

社交不安モデルにおける自己イメージの位置づけ

先行研究では、社交不安の認知行動モデルにおいて、自己イメージがどのような要素から生成されているのか明確に検討されていない。自己イメージを作り出す情報は、前述の通り、長期記憶から引き出された情報に加えて、現在の身体的な固有受容感覚フィードバックのような情報(身体感覚情報)が想定されているが(Rapee & Heimberg, 1997)、実証的な研究はみられない。自己イメージを実証的に検討する上で、自己イメージを認知モデルの中で位置づける必要がある。

社交不安の自己認識を整理する上で、作動自己(working self)という概念導入が提案されている(Stopa, 2009b)。作動自己とは、個人の中にある多様で異なる自己概念から、状況や目的によって、個人が“その時に”保持している特定の自己表象のことで、現在の自己表象のことである。この概念は、Conway & Pleydell-Pearce(2000)が自己と記憶の関係を包括的にとらえるモデルとして提唱した自己記憶システム(self-memory system: SMS)の構成要素である。Conwayの自己記憶システムは短期間に何度か改変をされているが(Conway, 2005; Conway, Singer, & Tagini, 2004), 佐藤(2011)によって全体像を Fig. 1-3-1 のようにまとめられている。佐藤(2011)によると、Conwayの自己記憶システムは、自己と記憶の関係を包括的にとらえるモデルで、作動自己と自伝的記憶知識ベースという2つの主要成分から構成されている。作動自己は、現在活性化している一時的な目標と、長期記憶内の概念的自己のうち活性化し

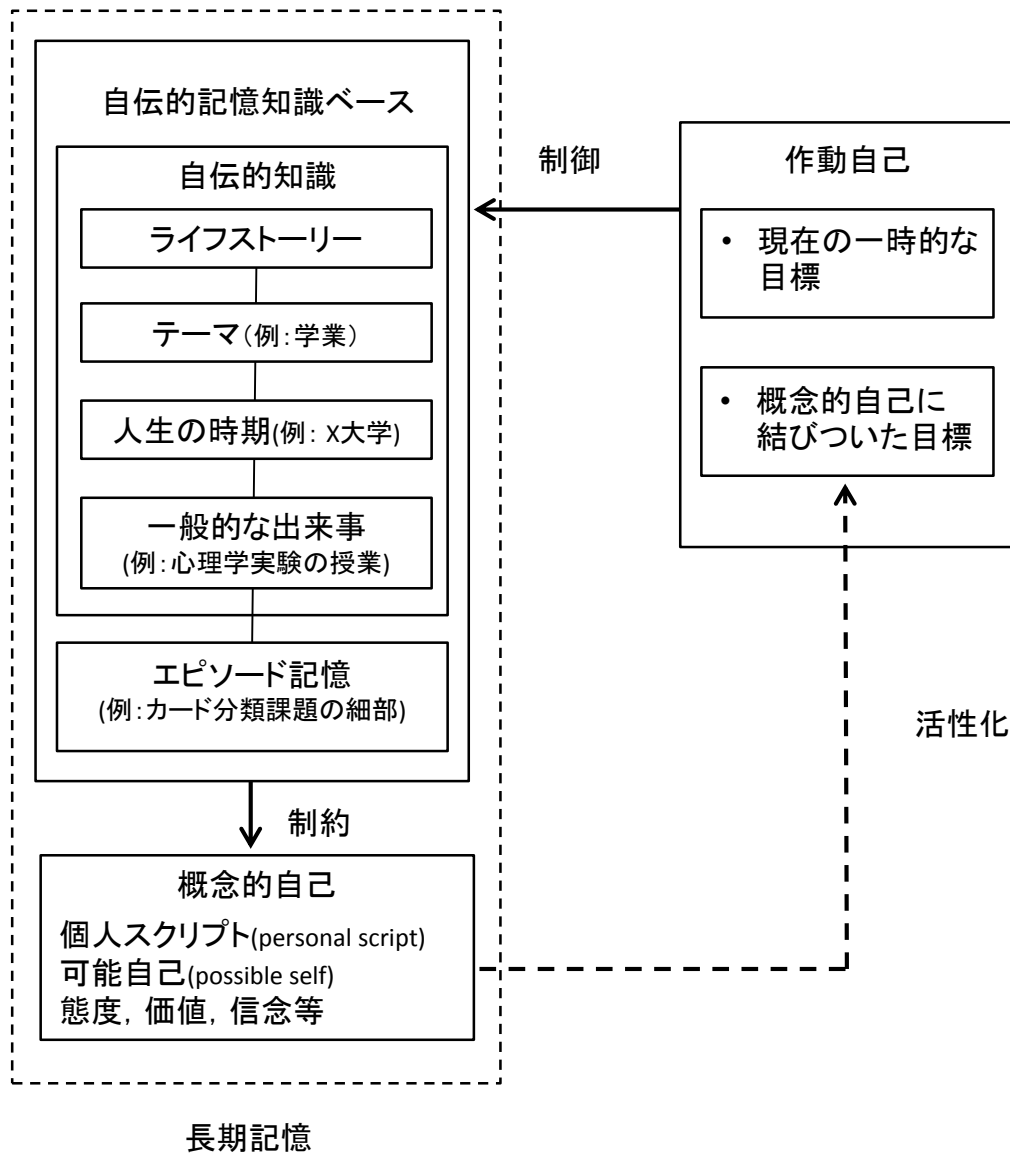


Fig. 1-3-1 Conway の自己記憶システム

ているものとのセットであり、認知や行動を制御するという。作動自己と自伝的記憶知識ベースは双方向的な関係にある。作動自己は自伝的知識－エピソード記憶－目標の間の一貫性を維持するように、符号化・検索・記憶の構成を制御する。作動自己内で活性化した概念的自己と対応した自伝的記憶やエピソード記憶は接近可能性が高まり、逆に一貫性を損なうような符号化や検索は妨げられるという(佐藤, 2011)。このような作動自己は、作動記憶(working memory)と同様のアナロジーで考えられている。作動記憶は、目標に向かって、一時的に目標遂行のために必要な情報を保持しながら、処理を進める記憶システムで、課題の遂行に必要な情報を活性化状態で保持しつつ並列して処理する (Baddeley, 1986)。作動記憶と同様に、作動自己は、文脈や状況で必要とされる関連した自己知識(信念や態度, 記憶)を活性化し、アクセスすると考えられている。

以上のように、現在の自己認識を作動自己という概念を導入して考えると、現在の自己認識は、多様な自己概念から目的に沿って活性化された特定の自己表象(作動自己)であると考えられる。

社交不安の認知モデルへの作動自己の導入

Clark & Wells(1995)の認知モデルに、作動自己を導入したモデルをFig.1-3-2に示した。これは自己を社会的対象として処理する過程に、作動自己の概念を導入したこととなる。この過程は、自伝的記憶知識ベースと作動自己の2つの要素に分解される。社会的状況に入ると、社交不安者は不安や緊張が周囲に伝わっていないかと社会的危険を察知し、自分自身をモニターする必要が生じる。作動自己の現在の一時的な目標(社

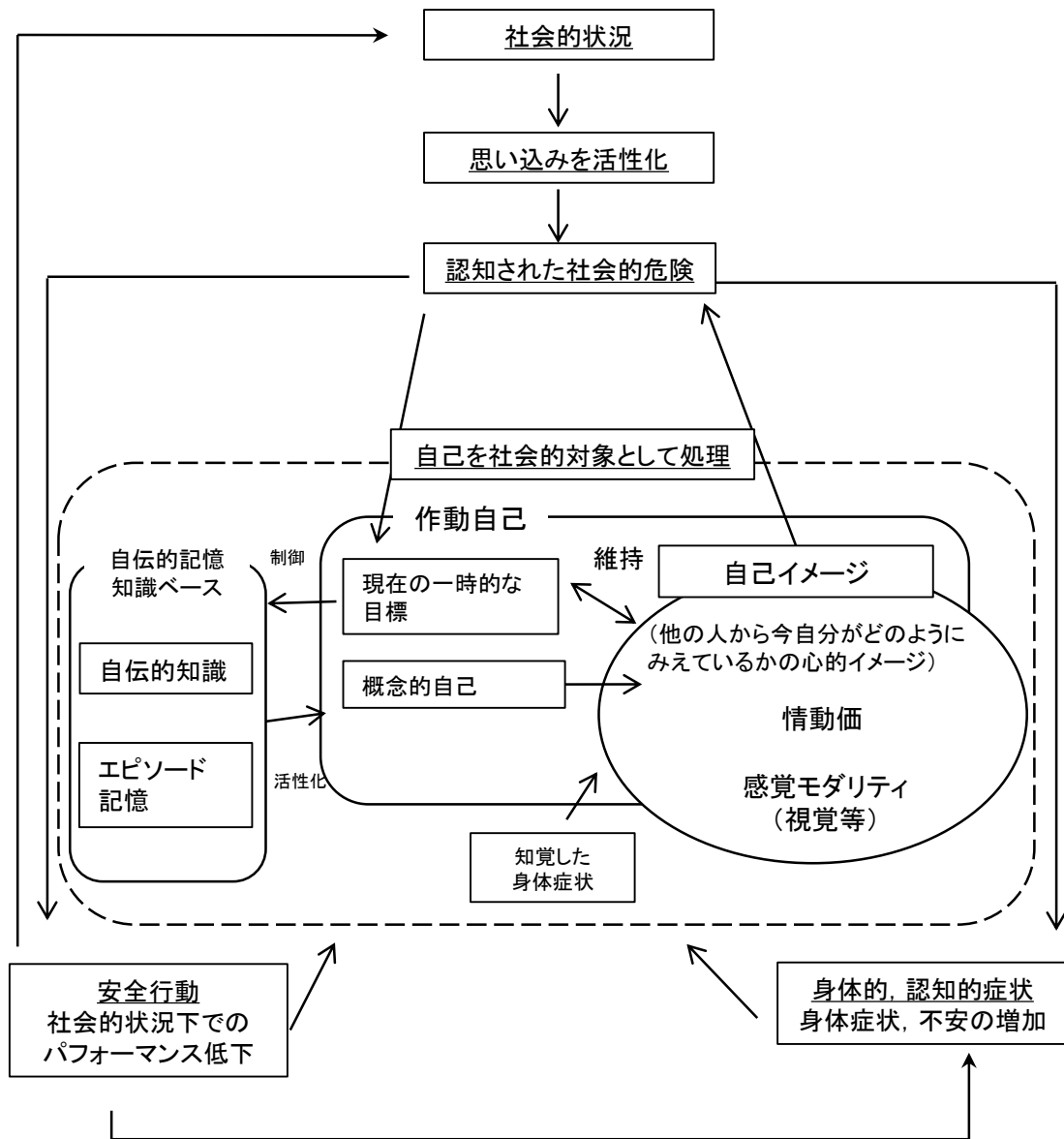


Fig. 1-3-2 社交不安の認知モデルに作動自己を導入したモデル

会的状況での自己)により、自伝的記憶知識ベースが制御され、自己関連情報へのアクセスのしやすさが向上する。自伝的知識やエピソード記憶に制約を受けた作動自己に概念的自己が活性化して引き出される。

自己イメージは、作動自己に活性化した自伝的記憶情報(概念的自己)と、現在の知覚した身体感覚情報から生成されと考えられる。社交不安傾向の高い人は、心的イメージ上の自分の姿が、現在、他者から見えている本当の自分の姿であると信じているため、一貫性を保つように情報処理が促進され、他者に不安徴候が見られている可能性や自己の内的状態(不安や緊張)が筒抜けになっている可能性を考え、より社会的危険を察知するようになる。その結果、自身の不安症状が相手にさとられないように安全行動をとってしまい、その行動に専念することでパフォーマンスが悪化する。また他者に不安や緊張が伝わっているかもしれないと意識することで、不安感や不安と関連した身体症状(汗や赤面等)が増幅される。

作動自己を社交不安のモデルに導入することで、「ネガティブな自己イメージ」と臨床上の社交不安の問題として考えられていた現象を、理論的に位置づけ、精緻化することができる。また自伝的記憶や自己イメージとして、別々に検討されてきた研究を、一つのモデルの中で統合的に考えていくことが可能になる。

本研究における着目点

本論文では、これ以降、特にこのモデルの2つの部分に着目して先行研究の概観を行う。着目する部分とは、①自伝的記憶から作動自己へ活性化される情報の偏り(Fig. 1-3-3)と、②作動自己内で生成された自己イメージが不安とパフォーマンスに与える影響(Fig. 1-3-4)である。①につ

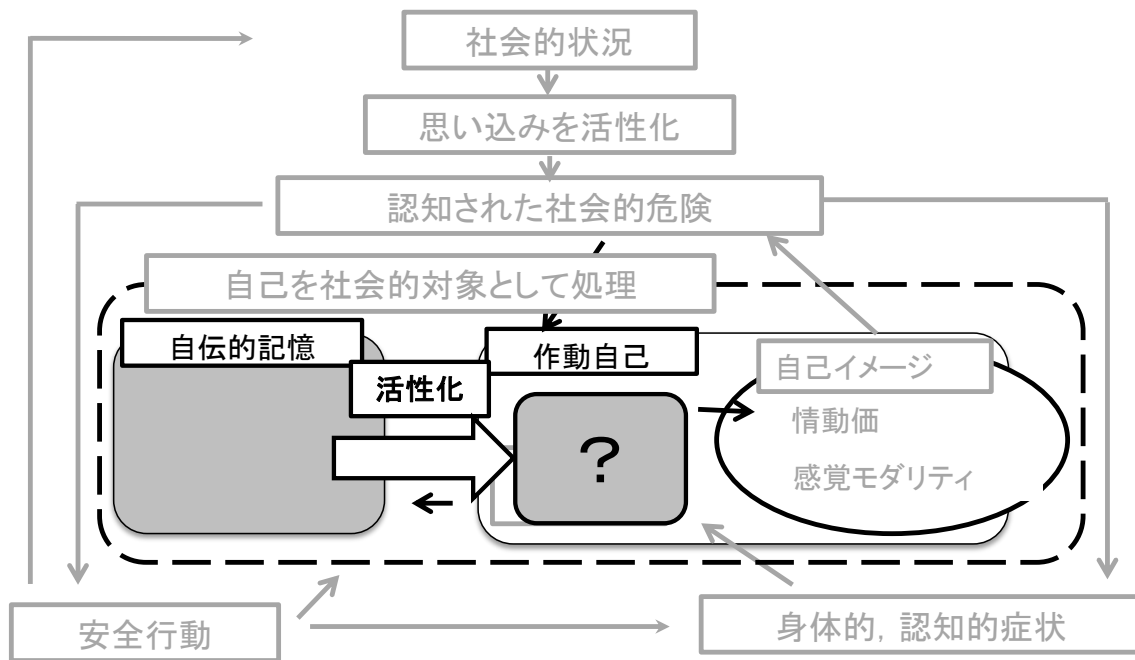


Fig. 1-3-3 作動自己を導入したモデルにおける本論文の着目点①

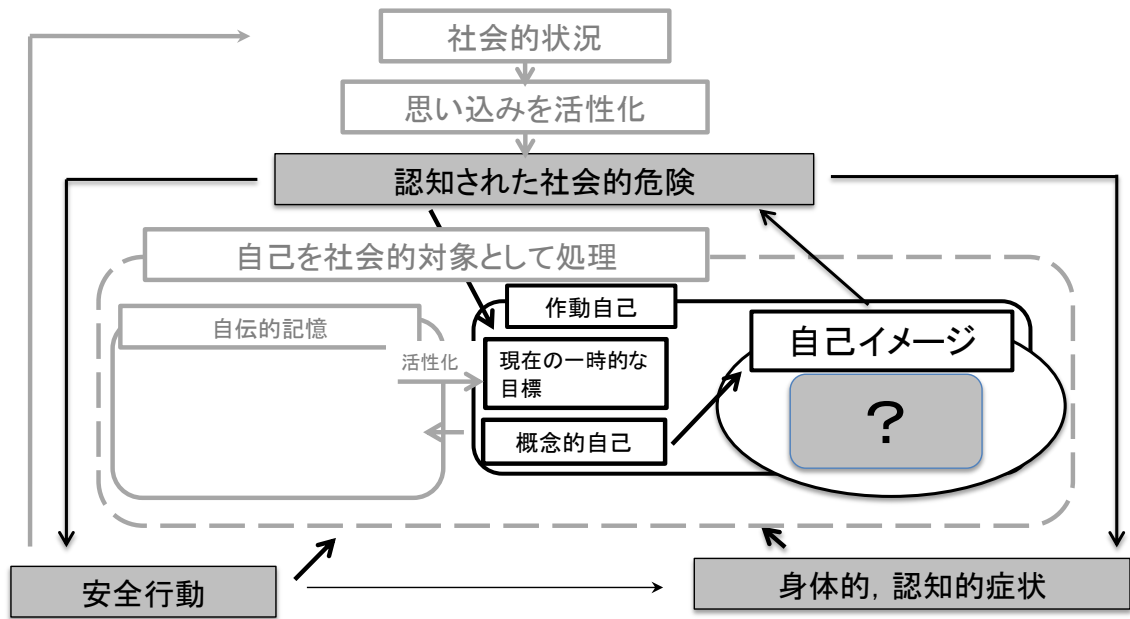


Fig. 1-3-4 作動自己を導入したモデルにおける本論文の着目点②

いては、社交不安と自伝的記憶の関連を扱った研究を検討することで、どのような情報がどのような形式で活性化されやすいかを明らかにすることが可能になる。先行研究で指摘されているように、活性化した自伝的記憶の情報と現在の身体感覚から自己イメージが生成されるので、作動自己内に活性化される情報に偏り(自伝的記憶バイアス)があるかを検討することは、社交不安の自己認識を明らかにするために、重要であると考えられる。②については、自己イメージは、社交不安の重要な維持要因であると考えられ、数多くの研究から検討されている。自己イメージは、臨床的にも操作可能(治療ターゲットとして介入可能)な対象であるため、研究が多いと考えられる。作動自己へ活性化される自伝的記憶の情報を操作するのは困難を伴うが、現在のネガティブな自己イメージをより現実的な自己イメージに修正するのは比較的容易であると思われる。

次節から、本研究の着目点に沿って、①自伝的記憶から作動自己へ活性化される情報の偏り(自伝的記憶バイアス)と、②作動自己内で生成された自己イメージが不安とパフォーマンスに与える影響(自己イメージによる影響)を中心に先行研究の概観を行う。

第4節 社交不安の自伝的記憶バイアスを扱った研究の動向

社交不安における作動自己は、自伝的記憶へのアクセスのしやすさとそこから活性化された情報と関連している。では、どのような自伝的記憶情報がアクセスされやすく、活性化されやすいのだろうか。このことを検討するために、社交不安と自伝的記憶との関連を検討した先行研究のレビューを行った。自伝的記憶の中でも、多くの研究がみられるエピソード記憶を扱った先行研究について概観した。社交不安の自伝的記憶バイアスを扱った研究は複数みられる(レビューとして Morgan, 2010)。自伝的記憶のバイアスは、主に2つの観点から検討されている。一つは、自伝的記憶想起の際にどのような情報が想起されやすいか(情報バイアス)である。もう一つは、自伝的記憶を想起する際に、どのような視点から出来事を想起する傾向(視点バイアス)があるかである。

自伝的記憶想起における情報バイアス

D'Argembeau, Van der Linden, d'Acremont & Mayers(2006)は、社交不安障害患者群と統制群を対象に、社会的出来事と非社会的出来事を想起してもらい、その出来事の現象学的な特徴を検討した。その結果、社交不安障害患者が、社会的出来事を想起した内容には、視覚や聴覚等の感覚的様相は少なく、詳細な自己関連情報が含まれていた。McNally, Otto & Hornig(2001)は、社交不安障害、パニック障害、大うつ病のいずれかに当てはまる患者と、健常な参加者に対して、最も恐怖を感じた出来事とニュートラルな情動を伴った出来事をそれぞれ思い浮かべてもらった。想起した内容はテープで録音し、特殊な処理を施して、内容がわからない状態にしてから、評定者に評価してもらった。内容がわから

ない状態でも、頻度や声のピッチ、大きさといった情動の手がかりがわかるように加工されていた。分析の結果、恐怖を感じた出来事は、ニュートラルな出来事と比較して、不安や覚醒度が優勢になっていた。しかしながら、診断の有無による評価の違いは見られなかった。Anderson, Goldin, Kurita & Gross(2008)は、社交不安障害患者群と統制群を対象に、不安を感じた社会的出来事の記憶想起を求め、報告内容を機械的に言語分析した。その結果、社交不安障害群は統制群と比較して、自己関連単語とネガティブ感情語を多く使っており、一方で他者に関連する単語は少なかった。Mellings & Alden(2000)は、社交不安傾向の高い人を対象に実際に社会的状況を体験し、その後にその社会的状況を想起する実験を行った。実際に社会的相互作用(会話)に参加をしてもらい、その時の身体感覚や注意を測定して、そして2日後の相互作用場面の自伝的記憶想起内容の検討を行った。その結果、社交不安傾向の高い人は、社交不安傾向の低い人と比べて、ネガティブな自己関連情報を多く想起し、相手関連の情報の報告が少なかった。

以上、自伝的記憶想起における情報バイアスの先行研究をまとめると、社交不安傾向の高い人は社会的出来事を想起する際に、自己関連情報と他者関連情報に偏りがあることが報告されていた。自己関連情報の偏りには、自己関連情報が多いという研究もあれば、特にネガティブな自己関連情報が多いという研究もみられる。しかしながら自己関連情報といっても、その内容は様々であることが考えられ、実際に評価方法も研究間で異なっていた(機械的な単語分類、声のピッチ等)。また自己関連情報の多さは、社会的状況下での体験にもかかわってくると考えられる。例えば、社会的状況下で自己にしか注意が向いていないことや、不安症状を強く体験していることなどの社会的状況での体験と、想起される自

伝的記憶の内容との比較も必要だと考えられる。

自伝的記憶想起における視点バイアス

視点とは、記憶やイメージを思い浮かべるときの見方のことであり、観察者視点(observer perspective)と現場視点(field perspective)の2つの見方がある。観察者視点は、「あたかも外から自分を見るように」イメージする視点で、現場視点は「あたかも自分の目で見えるように」イメージする視点であると定義されている。しばしば、順に第3者視点(third-person's perspective)と第1者視点(first-person's perspective)とも呼ばれる。この視点は、固定されたものではなく、1つのエピソード記憶を想起するときに、どちらの視点も含まれており、どちらの視点の割合が多かったか(偏っていたか)で、観察者視点であるか現場視点であるかが判断される(Nigro & Neisser, 1983)。

自伝的記憶想起の中でもエピソード記憶想起時の視点について、初めて検討を行ったのは、Nigro & Neisser(1983)である。多種多様な出来事について、記憶想起時の視点を検討している。研究では、出来事を状況ごとに分け、情動覚醒度と自己意識の2つの軸から検討を行った。強い情動覚醒度と強い自己意識を感じた出来事(人前でのスピーチ)は、観察者視点から想起されていた。また、最近の出来事は現場視点から、過去の出来事は観察者視点から想起される傾向がみられた。

社交不安傾向の高い人は、エピソード記憶想起時に視点のバイアスがあることが指摘されている。Wells, Clark & Ahmad(1998)は、社交不安障害患者に最近の不安を感じた出来事を想起してもらったところ、統制群よりも有意に観察者視点を使う傾向があった。対照的に、統制群は現場視点を使っていた。社交不安障害患者が使用した観察者視点は、状

況を広く客観的に見る視点ではなく、自己だけに注目し、自己の様子を詳細にモニターする視点であった。Wells & Papageorgiou(1999)は、社交不安障害患者群、広場恐怖患者群、血液や怪我に対する単一恐怖患者群そして統制健常者群を対象に、不安を感じた社会的出来事と不安が存在しない非社会的出来事(ニュートラルな出来事)を想起してもらい、その時の視点に差異があるかを検討した。各群の社会的出来事を想起した際の視点を比較したところ、社交不安障害群と広場恐怖群は、観察者視点から出来事を想起し、単一恐怖群と統制群は現場視点から出来事を想起していた。特に社交不安障害群は、広場恐怖群と比較しても、観察者視点から出来事を想起する割合が強かった。しかしながら、非社会的出来事に関しては、広場恐怖群のみ観察者視点から想起しており、社交不安障害群、単一恐怖群、統制群は現場視点からの記憶想起だった。このことから、社交不安障害患者は、常に観察者視点で出来事を想起するのではなく、社会的出来事のみで観察者視点を取りやすいことが示唆された。

一方で、社交不安傾向の高い人は、必ずしも不安を感じた社会的出来事を想起するときに観察者視点を用いるわけではないという研究もみられる。例えば、不安を感じるような社会的状況であったとしても観察者視点で想起されるわけではなく、不安の強度も関連するようである(Coles, Turk, Heimberg & Fresco, 2001)。社交不安障害患者は、強く不安を感じた時の社会的出来事を、弱・中程度の不安を感じた時の社会的出来事よりも観察者視点から想起していた。また、Stopa & Bryant(2004)の研究では、自己概念に一致した社会的出来事と不一致の社会的出来事をそれぞれ想起してもらったところ、社交不安傾向の高い人と健常者はどちらも現場視点から出来事を想起しており、視点の偏りがみられなか

った。

ところで、観察者視点から記憶を想起することには、どのような機能があるだろうか。Sutin & Robins(2008)は、先行研究をレビューし、自伝的記憶想起時の視点の機能についてのモデルを提唱している(Fig.1-4-1)。このモデルでは、観察者視点には2つの対立した機能仮説があるという。2つの機能とは、「距離をとったり、感情的関与を下げる機能」と「記憶に関連した感情を誇張したり、現在の自己と過去の自己とのつながりを強める機能」である。それぞれ **Dispassionate Observer**(公平な観察者)と **Salient Self**(際立った自己)と名付けられている。**Dispassionate Observer**では、観察者視点は、自己に対する客体化、公平な視点を促進し、現在の自分から過去の自分の距離をとると仮定される。その結果、観察者視点は、自己概念と不一致であると判断された際には、本来の自分ではない感覚を強め、自己に脅威であると判断された際には、ネガティブ情動を低減させる。**Salient Self**では、観察者視点は、視覚的・情動的に自己注目を増幅させる。自己が前景に移行し、その人の視野が圧倒されるといわれる。高められた自己注目は、過去と現在の自己の間の一致感を促進する。その結果、観察者視点は、自己と一致したと判断された際には、自己本来感を増幅させ、自尊感情を強化する記憶である際には、ポジティブ情動を増幅させる。なお、上記の記憶想起の視点に影響する要因として、想起時の動機的側面(過去と現在の自己の類似や差異に焦点をあてる動機づけ)、想起時の感情的側面(どういった感情が生じたか、もしくは、なぜその感情が生じたのかに焦点をあてる)、想起時までの視点の優位性(現在までの想起時にどちらの視点が優位な状況下であったか)の関連が考えられている。彼らは、社交不安については、**Salient Self**との関連を指摘している。

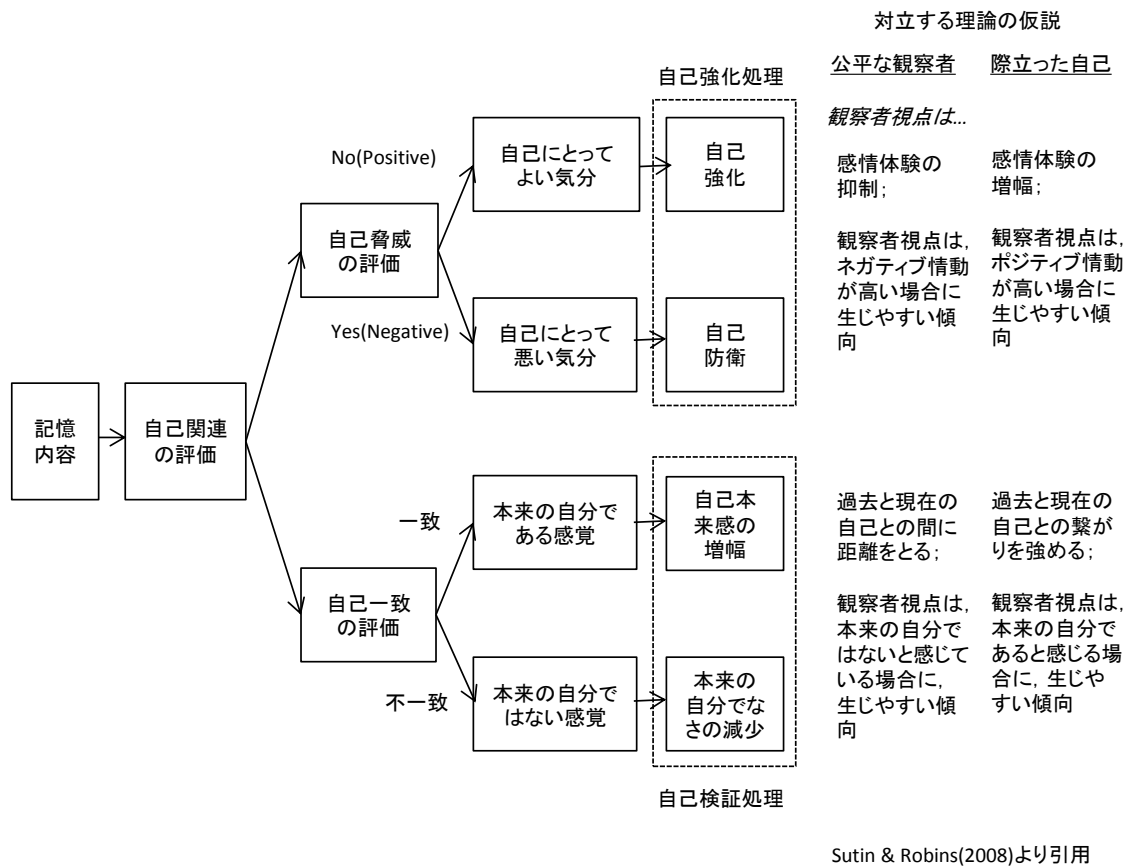


Fig.1-4-1 自伝的記憶想起の視点の機能に関するモデル

社交不安傾向の高い人は、不安を感じた社会的出来事の後に、その出来事を反すうする (Post-event processing : PEP) といわれる (Fehm, Schneider & Hoyer, 2007)。この研究から、社交不安傾向の高い人は、不安を伴った社会的出来事を何度も観察者視点から振り返って想起し、対人体験のネガティブ感情を強める一方で、自己一致の感覚を感じていることが推測される。

以上、自伝的記憶想起における視点バイアスの研究をまとめると、記憶想起時の視点には、観察者視点と現場視点があり、社交不安傾向の高い人は観察者視点を使用する傾向があると指摘されている。先行研究では、不安を感じた社会的状況を観察者視点から想起する傾向や、観察者視点の使用バイアスは社会的状況に特異的である点が報告されている。その一方で、社交不安傾向の高い人が必ずしも観察者視点で記憶想起をしているとは限らないと指摘する研究もみられた。また、観察者視点を取る機能についての先行研究を取り上げた。

自伝的記憶バイアスを扱った研究のまとめと問題点

自伝的記憶想起における情報バイアスの先行研究をまとめると、社交不安傾向の高い人は社会的出来事を想起する際に、自己関連情報と他者関連情報に偏りがあることが報告されていた。自己関連情報の偏りには、自己関連情報が多いという研究もあれば、特にネガティブな自己関連情報が多いという研究もみられる。しかしながら自己関連情報といっても、その内容は様々であることが考えられ、実際に評価方法も研究間で異なっていた。また自己関連情報の多さは、社会的状況下での体験(身体症状の程度, 不安の強度, 自己注目の程度)にもかかわってくると考えられる。

また視点バイアスの研究をまとめると、記憶想起時の視点には、観察

者視点と現場視点があり、社交不安傾向の高い人は観察者視点を使用する傾向があると指摘されている。先行研究では、不安に感じた社会的状況を観察者視点から想起する傾向や、観察者視点をとる傾向は、社会的状況に特異的である点が報告されている。その一方で、社交不安傾向の高い人が必ずしも観察者視点で記憶想起をしているとは限らないと指摘する研究もみられた。

自伝的記憶バイアス研究の問題点として、第一に、自己関連情報が多く想起されているが、その内容は様々であることが考えられるため、より詳細に検討する必要がある。第二に、自己関連情報の多さは、社会的状況下での体験(身体症状の程度、不安の強度、自己注目の程度)にもかかわってくると考えられる。社会的状況の体験と記憶想起とを比較して検討する必要があるだろう。第三に、記憶の視点に先行研究の結果が研究ごとに異なる点である。今後、観察者視点からの記憶想起について、条件を統制した検討が必要となるだろう。

第5節 社交不安の自己イメージを扱った研究の動向

自己イメージは、自伝的記憶から作動自己に活性化された情報と、現在の不安と関連した身体感覚情報(発汗、手の震え等)から、他者の目を通した自分の様子を推測し、頭に浮かぶ自己の心的イメージである。写真のように浮かんだ自己イメージを実際の自分の姿であると考えている社交不安傾向の高い人も多く、そのイメージを参照し、安全行動をとっている。また視覚的にイメージすることは、言語的に自己関連情報を考えるよりも、不安感情に強いインパクトをもつ(Holmes & Mathews, 2005)。自己イメージのどの側面がどの程度の影響をもっているのかを検討する必要がある。

そこで自己イメージの先行研究を、自己イメージの構成要素として指摘されている情動価(ネガティブ・ポジティブ)と感覚モダリティ(視点・身体感覚)という2つの観点から概観をおこなった。

自己イメージの内容に関する先行研究

社交不安の自己イメージについて、本格的に検討を行ったのは、Hackmann et al.(1998)である。彼女らは、Clark & Wells(1995)の認知モデルをもとに検証を行い、社交不安障害患者の自発的なイメージ(spontaneous imagery)について、半構造化面接を用いて調査を行った。手続きとしては、社交不安障害患者に、最近の不安を感じた社会的状況を想起してもらい、彼らが最も不安を感じた瞬間に、どのようなイメージが心の中に浮かんでくるかを聞いた。その結果、統制群と比較して、イメージを有意に多く報告しており、そのイメージの中身はネガティブで、外的な視点から自分を見ているものであった。彼らのイメージは、

彼らが恐れている症状が反映される傾向があった。例えば、汗と赤面を恐れている患者が報告したイメージが記述されている。“カメラのズームのように近寄って、実にひどく、真っ赤でパニック状態の顔や首といった上半身が見えるんです。私は本当に神経質になってしまって、追いつめられているように見えたと思います。”(Hackmann et al., 1998, p.9)という例が報告されている。Hackmann, Clark & McManus(2000)では、社交不安障害患者に半構造化面接を行い、イメージの内容について詳細な分析を行った。社会的状況下において生じたイメージの感覚モダリティを分析したところ、全体のうち、視覚(86%)と身体感覚・知覚(82%)が多く、音(32%)や匂い・味(0%)は少ないか、ほぼみられなかった。また、イメージと、社交不安障害患者を発症した契機となったような過去のトラウマイベントとの関連の検討も行っている。その結果、イメージと過去のトラウマとなった出来事の内容が類似していることが報告されている。Conway(2001)によると、強い情動を伴う出来事は、心的イメージの形としてエピソード記憶に保存される可能性があるといわれる。恐怖感を伴う過去のエピソード記憶の心的イメージは、その後の社交不安傾向の高い人のネガティブな自己イメージの内容と関連していると考えられる。

自己イメージにおける情動価

社交不安の維持において、自己イメージが決定的な役割を担っていることは、Hirschの一連の実験的研究によって検討されている(Hirsch et al., 2003; Hirsch, Mathews, Clark, Williams & Morrison, 2006; Hirsch, Meynen & Clark, 2004)。Hirsch et al.(2003)は、ネガティブな自己イメージが不安維持の役割を持つかどうかを、社交不安障害患者を対象に

検討した。課題は、未知な人との会話で2回実施した。一回は、いつものネガティブな自己イメージを抱いてもらったまま(ネガティブ条件)、もう一回は中性の自己イメージを抱いてもらったまま、会話をしてもらった(統制条件)。その結果、統制条件に比べて、ネガティブなイメージを持った条件は、より強い不安を感じ、不安症状が他者にみえていたと報告しており、会話でのパフォーマンスを低く評価していた。実験条件を知らない独立評定者2名が評価したところ、統制条件の参加者よりもネガティブ条件の参加者のほうが、不安が高く、肯定的行動が少なかった。参加者と評定者の回答を比較した結果、全体的に参加者は自身のパフォーマンスを過小評価し、ネガティブ条件は他者からみえる不安症状を過大評価していた。

Hirsch et al.(2004)では、Hirsch et al.(2003)と同様の手法を用いて、社交不安傾向の高い人に自己イメージの実験的操作を行い、ネガティブな自己イメージが不安や自己評価に与える影響を検討している。その結果、社交不安傾向の高い人は、ネガティブな自己イメージを心に抱いているときに、より不安を感じ、安全行動を行い、少ししか会話相手に良い印象を与えられなかったと報告していた。また、スピーチに自信がある人(非社交不安者)を対象にネガティブな自己イメージを保持させた実験も行われている(Hirsch et al., 2006)。社交不安の維持において、ネガティブな自己イメージが重要な役割を担っているかを実証するために、非社交不安者に、実験的にネガティブな自己イメージを持たせることで検討を行った。ポジティブな自己イメージ条件とネガティブな自己イメージ条件に振り分けて、スピーチを行ってもらった。ポジティブ条件は、ネガティブ条件と比較して、より不安を強く感じ、自分のパフォーマンスを低く評価しており、ネガティブ思考が増加した。不安を統制した分

析でも同様の差異がみられたため、これらの結果は、不安が単に上昇して起こった結果ではなく、ネガティブな自己イメージによる影響であると考えられる。不安に関連する問題がみられなくても、ネガティブな自己イメージを保持させることで、社会的状況下における不安が増加した。

ポジティブな自己イメージの影響を検討した研究は、ネガティブな自己イメージの影響を検討した論文よりも多くなされていない。ポジティブな自己イメージによる影響は、臨床心理学ではなく、スポーツ心理学や健康心理学の領域で検討されている。Woolfolk, Parrish & Murphy(1985)は、ゴルフのパッティングを行う前に、ポジティブイメージ条件、ネガティブイメージ条件に振り分け、ポジティブ条件はカップにボールが入っていく様子を、ネガティブ条件はボールがカップからこぼれる様子を視覚的にイメージしてもらった。その結果、ポジティブイメージ条件では実際のパッティングのパフォーマンスが向上したという。また、健康心理学領域では、ポジティブに対処できたイメージをつくると、痛みやコルチゾールの減少が起これ、実際に身体的な効果がみられたという(Manyande, Berg, Gettins, Stanford, Mazhero, Marks & Salmon, 1995)。

このようなポジティブなイメージによる肯定的な効果は、社交不安においてもみられるだろうか。Hirsch et al.(2003)では、社交不安障害患者に中性的なイメージを保持してもらったところ、ネガティブな自己イメージを保持した時と比較して、見知らぬ人との会話で不安感が低く、パフォーマンスを高く評価していた。Vassilopoulos(2005)では、純粋にポジティブな自己イメージによる影響を検討している。社交不安高群および社交不安低群に対して、イメージを保持したままのスピーチ課題を課した。イメージ条件には、ポジティブな自己イメージ条件とネガティ

ブな自己イメージ条件が設定された。ポジティブな自己イメージ条件では「可能な限りポジティブで、自信に満ち、やすらぎと心地よさを感じているようにみえる自分」、ネガティブな自己イメージ条件では「可能な限りネガティブで、そわそわしていて不安と居心地の悪さを感じている自分(観察者視点から)」をイメージすることが求められた。過去の出来事を参考に、それぞれの条件に合致する自身の特定のイメージを心に抱いたまま、スピーチを行った。その結果、ポジティブな自己イメージを保持したままスピーチを行うと、ネガティブな自己イメージを保持したときと比較して、有意に不安が低下し、自己の肯定的な側面の自己評価が上昇していた。また、**Stopa & Jenkins(2007)**は、ポジティブな自己イメージとネガティブな自己イメージの効果を検討している。両条件とも、同じ参加者に1週間間隔で実施した。具体的なイメージ操作は、鏡の前に立って決められた台本に沿った自己をイメージするものであった。その結果、スピーチ後の不安評価は、ポジティブな自己イメージを保持した方が、ネガティブな自己イメージをしたときよりも低かった。パフォーマンスの評価についても、ポジティブな自己イメージによる肯定的な影響がみられ、ネガティブな自己イメージ条件よりもパフォーマンスを高く評価していた上に、パフォーマンスを予測したときの評価よりも実際にスピーチをした後の評価のほうが、有意に高くなっていた。

ネガティブな自己イメージを持っている社交不安傾向の高い人にポジティブな自己イメージを保持してもらうことで、不安の減少やパフォーマンス評価の向上がみられた。しかしながら、ポジティブな自己イメージと一口にいても、上記の研究では、方法論も一定ではなく、イメージされた内容も異なる可能性が考えられる。また、イメージの情動価だけではなく、イメージの視点も構成要素として重要だと考えられ、情

動価と視点を考慮にいたした検討が必要だろう。

自己イメージにおける感覚モダリティ

前々項で述べたように社交不安の自己イメージにおいて、イメージの感覚要素は、視覚と身体感覚が多くを占めている(Hackmann et al., 2000)。自己イメージの身体感覚要素について検討している研究はないが、自己イメージの視覚要素、特に視点を検討している研究は多い。上述したように、社交不安傾向の高い人が持っているネガティブで歪んだ自己イメージは、多くの場合は観察者視点からのイメージである(Wells & Papageorgiou, 1999)。岩田・長谷川(1986)は、スポーツ心理学の観点から、視点による運動学習(メンタルリハーサル)への影響を検討している。その結果、現場視点からのイメージはより現実感があり、自我関与度が高く、運動感覚も鮮明に体験していた。その一方、観察者視点からのイメージは、すでに習得した運動学習をリハーサルする上で有効な視点だという。社交不安においてイメージの視点の影響を検討した論文は少ない。観察者視点による影響を、実験的に検討した研究として、Spurr & Stopa(2003)が挙げられる。彼女らは、社交不安傾向の高い人と社交不安傾向の低い人に、それぞれ観察者視点からの自己イメージと現場視点からの自己イメージをもたせてスピーチを行い、不安やパフォーマンスへの影響を検討した。その結果、観察者視点を保持させると、ネガティブ思考の増加、安全行動の増加、パフォーマンスの自己評価の悪化が、両群でみられた。

自己イメージを扱った研究のまとめと問題点

自己イメージの影響を検討した研究を概観したところ、Clark & Wells

(1995)や Rapee & Heimberg (1997)で提唱されたネガティブな自己イメージによる不安やパフォーマンスへの悪影響は、実験的にも実証されていた。社交不安障害患者のみならず、社交不安傾向の高い人、そして社交不安傾向の低い人に対しても、ネガティブな自己イメージを保持することによって、不安の増加やパフォーマンス評価の低下がみられた。ネガティブな自己イメージの影響を扱った多くの実証研究に対し、ポジティブな自己イメージによる影響を検討した研究はわずかであった。先行研究によると、ポジティブな自己イメージを保持させることで、不安症状評価とパフォーマンス評価の改善がみられた。

自己イメージを扱った先行研究の問題点として、第一に、ポジティブな自己イメージの効果が挙げられる。過去の出来事を参考に自己イメージ操作(Vassilopoulos, 2005)を行っている研究もあれば、実験者が作成したシナリオに沿ったポジティブな自己イメージ(Stopa & Jenkins, 2007)を生成した研究もみられ、ポジティブといっても一概には表現するのは困難である。リラックスしている様子や、自信満々にスピーチを行っている様子、ネガティブな要素がない自分の様子と、挙げただけでも多様である。第二に、自己イメージの情動価だけではなく、視点の影響を統制する必要がある点である。ポジティブな自己イメージを扱った研究では、参加者がどのような視点から自己をイメージしていたかの統制を行っていない。Spurr & Stopa(2003)が検討していたように、純粹に自己イメージの視点の影響を検討した研究はほとんどない。社会的状況下でのエピソード記憶に基づいて自己イメージを形成した研究もあるが、自己イメージを情動価と視点を分離することで、どちらの影響が大きいのかは明確になるだろう。そのことで、実際に治療を行う上で、どの要素に焦点をあてて、イメージ操作を行えばいいのか、効果的な検討

ができると考えられる。イメージと感情の間には、特別な関連が指摘されている(Holmes & Mathews, 2005)。ネガティブな自己イメージを持つことで、強い不安を引き起こしやすいと考えられる一方で、イメージを変化させることで、不安の軽減に役立つ可能性が考えられる。

第6節 第1章のまとめ

第1節において、本研究で焦点を当てる社交不安についての概論を述べた。社交不安を「現実あるいは想像上の社会的状況において、他者からの評価に直面したり、またそれを予測することから生じる不安状態」と定義した。社交不安傾向が強い人は、人前に出ると緊張したり、他の人が自分にどのようにみているのか気になってしまい、対人交流を避けて社会生活に支障がきたす可能性がある。

第2節においては、社交不安を理解する上で近年提唱されている認知行動的アプローチを取り上げた。特に代表的な Rapee & Heimberg (1997)の認知行動モデルと Clark & Wells(1995)の認知モデルを取り上げた。これらの理論の特徴は、実際に社会的状況で起こる不安や身体症状、安全行動、パフォーマンスの悪化をプロセスとして示している点である。そして、この2つのモデルに共通する要素として、「社会的対象としての自己」があることを述べた。社会的対象としての自己とは、あたかも他者の目を通して自分自身をみることであり、社会的状況での自分についての現在の自己認識である。この自己認識をターゲットにした心理療法の可能性も考えられるが、自己認識についての詳細な内容や機能、社交不安の認知モデル内での位置づけは明確になっていない点が多い。

第3節においては、社交不安の自己認識についてのレビューを行い、作動自己という概念を用いた自己認識を提唱した。まず社会的対象としての自己認識を検討するにあたって、社交不安傾向の高い人が恐れている内容を述べた。先行研究から社交不安傾向の高い人は、他者から自分の身体症状が見えるかどうかを恐れており、その上、他者に自分の内面

が筒抜けになっているという信念が強いことが示された。このような社交不安傾向の高い人の関心が反映された自己認識は、自分についての心的イメージとして報告されている。この心的イメージは、社交不安傾向の高い人が恐れている内容を含んでいる。自己認識を整理するにあたって、作動自己を導入した社交不安の認知モデルを提唱した。作動自己の働きで、活性化した自伝的記憶情報と、現在の身体感覚情報から、社交不安傾向の高い人の関心事となっている現在の自己認識、つまり他の人から今どのようにみえているかを推測し、自己イメージ(心的イメージ)が生成される過程を示した。作成したモデルの中で着目する部分を設定した。その部分とは、①自伝的記憶から作動自己へ活性化される情報の偏り(バイアス)と、②作動自己内で生成された自己イメージが不安とパフォーマンスに与える影響である。

第4節においては、社交不安の自伝的記憶バイアスを扱った研究の動向を記述した。自伝的記憶バイアスには、主に情報内容に関するバイアスと想起時の視点に関するバイアスが検討されている。また自伝的記憶想起と、視点の機能や出来事後の反すうとの関係も取り上げた。先行研究では、自己関連する情報を多く想起することと観察者視点からの記憶想起が報告されている。これらの知見を踏まえ、自己関連情報の内容を詳細に検討しきれていない点、社会的状況での体験と自伝的記憶想起との関連を検討されていない点、視点に関する研究には一貫した結果が得られていない点を指摘した。

第5節においては、社交不安の自己イメージを扱った研究の動向を概観した。その結果、ネガティブな自己イメージ保持による不安の増加やパフォーマンス評価の低下がみられた。またポジティブな自己イメージによる影響を検討した研究はわずかながら存在した。また自己イメージ

の主要な構成要素である視点と身体感覚に着目した研究もみられた。その結果, ポジティブな自己イメージによる影響について検討が少ない点, イメージの感覚モダリティ(視点, 身体感覚)に関する検討が少ない点といった問題点を指摘した。

第2章

本論文の目的

第1節 本論文における目的

第2節 本論文における研究対象

第1節 本論文の目的

社交不安は、多くの人が対人関係や社会的な生活で体験する心理的現象である。人前で恥ずかしくなったり固まったり、手が小刻みに震えることを恐れたり、ひいては自分の能力の低さが露呈して馬鹿にされないかとおびえてしまったりと、程度の差はあれ、多くの人が体験する。しかしながら、ほとんどの場合は、緊張感やとまどい、恥といった感覚を抱えながらも、社会的場面をどうにか経験し、乗り越える。その一方で、どうしてもなく躓いてしまい、他者評価や注目を伴うライフイベントから逃避ないしは回避をしてしまった結果、本人が望む社会生活を送れていない人も珍しくない。

社交不安の認知モデルにおいて、社会的対象として自己を処理する過程は重要な役割をもつと考えられている。社交不安傾向の高い人は、社会的状況に入ると、他者からの否定的評価や自己の内面が筒抜けになっているかと心配するあまり、自分の姿をモニターする必要がある。このような状況や目的に沿った作動自己が機能して、自分の持ちうる情報（自伝的記憶や身体感覚、信念）を活性化し、その情報から自己イメージ（心的イメージ）を作り上げる。この自己イメージを他者から見える自己の姿と考え、その後の行動や思考を行う。このようなダイナミックな自己認識を作動自己という心理プロセスとしてとらえ直し、自伝的記憶と自己イメージという認知要因から詳細に検討を行う。

そこで、本論文の主たる目的は、“社交不安の「自己を社会的対象として処理」する過程に着目した上で、社交不安特有の自己認識について詳細に検討すること”と設定した。このような大目的を達成するために、作動自己の概念を導入し、作動自己を2つの側面に分けて、それぞれの

目的を設定した。2つの側面とは、第1章で概観した通り、自伝的記憶バイアスと自己イメージである。本論文の構成を Fig.2-1-1 に示した。

一つ目の側面として、社交不安傾向が高い人の自伝的記憶バイアスを詳細に検討することを目的とした。特に、第1章で指摘したように、自伝的記憶からの情報が活性化し、作動自己の要素となっていると考えられるため、どのような自伝的情報が活性化されやすいかは重要である。社交不安の自伝的記憶研究を概観したところ、自伝的記憶想起の偏りと視点の偏りが報告されていた。しかしながら、先行研究には、自伝的記憶からの想起内容が多様な点、社会的状況下での体験と想起内容の関連が明確ではない点、記憶想起時の視点が研究間で異なる点といった不明確な点がみられた。

そこで、第3章は、記憶想起時の視点について先行研究ごとの結果が異なる点を踏まえ、“社交不安傾向の高い人の自伝的記憶想起時における視点の偏りの検討”と“視点の偏りと想起された情報(身体感覚)との関連の検討”を目的とした。第4章は、自伝的記憶想起時の自己関連情報の偏りや体験と想起内容の比較により詳細な検討が必要である点を踏まえ、“自伝的記憶想起時の自己関連情報バイアスの検討”、“社会的状況における体験と記憶想起内容との関連の検討”を目的とした。

二つ目の側面として、自己イメージの諸側面による機能や影響についての検討を行うことを目的とした。実際に、社会的状況下で不安の維持やパフォーマンスの低下につながる影響力を持つのは、自己イメージであると考えられる。自己イメージを実験的に操作する過程で、過去の記憶を検索し、自己イメージの生成・維持といった作動自己が働くと考えられる。イメージのどのような側面が不安の増加やパフォーマンスの低

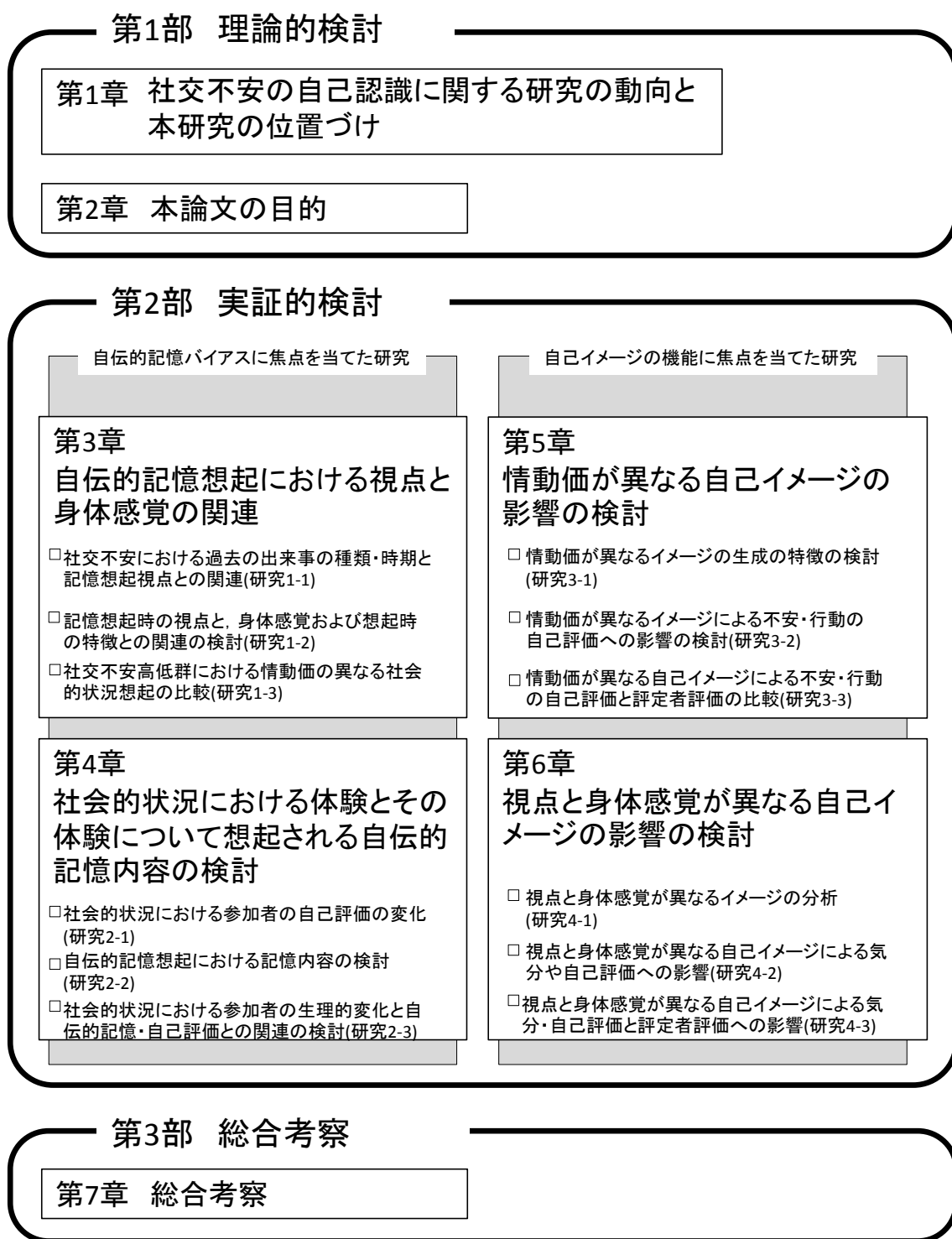


Fig.2-1-1 本論文の構成

下をさせるのかを明らかにすることは重要である。

先行研究を概観した結果、ネガティブな情動価を持つ自己イメージにより、不安やパフォーマンスへの悪影響が示されていた。しかしながら、他の情動価(例えば、ポジティブな情動価)を持つ自己イメージによる影響を検討した研究は少ない。また、イメージの視点やイメージ内の感覚要素といったイメージの諸側面が不安の維持に影響を持つ可能性が示された。そこで、第5章と第6章では、自己イメージの機能についての検討を目的とし、各章で目的を設定した。第5章は、先行研究において、ポジティブな自己イメージによる影響を検討した研究が少ない点を踏まえ、“異なる情動価の自己イメージの内容の検討”、“異なる情動価を持つ自己イメージが不安やパフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。第6章は、先行研究で自己イメージの感覚モダリティの側面(視点・身体感覚)の検討が少ない点を踏まえ、“感覚モダリティを指定した際の自己イメージの特徴の検討”、“感覚モダリティが異なる自己イメージが不安・パフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。

第2節 本論文における研究対象

本論文では、健常大学生を対象として検討を行った。大学生を対象として研究を行う利点として、心理学の研究で最も多く検討される調査対象者であるため、他の研究との比較・検討を行いやすい点、多少の心理的負荷にも抵抗力があり、スピーチ課題といった課題を用いた実験を行いやすい点が挙げられる。また、発達段階という観点からみると、大学生の年齢期と社交不安との関連は深いことが指摘されている。大学生は、発達段階としては青年期に属し、対人場面や社会的状況における不安や困難さが適応上の問題となりやすい時期である。笠原(1977)は、社交不安障害の一種である対人恐怖症の経過について、“対人恐怖は10歳代後半から20歳代前半の青年男女を悩まし続けるが、20代後半になると次第に苦悩の色を少なくしてゆき、30歳台前後にいたると、不安がなくなってしまいうわけではないが、対人場面での不安を何とか乗り越えて社会生活に参入し始める。(中略)ずいぶん重症の対人恐怖症でもそうである(p.16)”と述べている。このことから、大学生における社交不安を検討する意義は十分にあると考えられる。

また社交不安の研究では、社交不安障害患者を対象とした臨床研究に加え、健常者を対象としたアナログ研究も多くみられる。これは、社交不安障害患者特有の心理過程(あいまいな社会的出来事のネガティブな解釈、ネガティブな社会的出来事に対する破局的な反応、社会的脅威語に対する選択的注意、顔刺激に対する注意バイアス、社会的相互作用場面記憶の観察者視点からの想起)が社交不安の高い健常者でもみられるため、社交不安の高い健常者群と社交不安の低い健常者群の間にも、社交不安障害患者と健常者の間でみられるような結果が得られるという、Stopa & Clark(2001)の指摘から説明される。特に本論文は、社交不安

者の認知的側面(自伝的記憶, 自己イメージ)を扱った研究であり, この側面は社交不安が高い人にもみられると考えられる。

以上の理由から, 本論文では, 社交不安の自己認識を検討するにあたり, 大学生を研究対象とし, 実験・調査を実施した。

第 2 部 実証的検討

- 第 3 章 自伝的記憶想起における視点と身体感覚の関連
- 第 4 章 社会的状況における体験とその体験について想起される自伝的記憶内容の検討
- 第 5 章 情動価が異なる自己イメージの影響の検討
- 第 6 章 視点と身体感覚が異なる自己イメージの影響の検討

第3章

自伝的記憶想起における視点と身体感覚の関連

(研究 1-1, 研究 1-2, 研究 1-3)

- 第1節 社交不安における過去の出来事の種類・時期と記憶想起視点との関連(研究 1-1)
- 第2節 記憶想起時の視点と, 身体感覚および想起時の特徴の関連の検討(研究 1-2)
- 第3節 社交不安高低群における情動価の異なる社会的状況想起の比較(研究 1-3)
- 第4節 第3章のまとめ

第1節 社交不安における過去の出来事の種類・時期と記憶想起視点との関連(研究1-1)

問題と目的

第1章で述べたように、社交不安傾向の高い人には自伝的記憶想起において視点バイアスがあることが指摘されている。記憶想起やイメージ生成の視点には、観察者視点(observer perspective)と現場視点(field perspective)という見方がある。観察者視点は、「あたかも外から自分を見るように」イメージし、現場視点は「あたかも自分の目で見るように」イメージすると定義されている。Nigro & Neisser(1983)は、多種多様な出来事について、出来事を状況別にわけ、情動覚醒度と自己意識の2つの軸からの記憶想起時の視点を検討した。その結果、強い情動覚醒度と強い自己意識を感じた出来事(人前でのスピーチ)は、観察者視点から想起されやすい傾向が示された。また、最近の出来事は現場視点で、過去の出来事は観察者視点から想起される傾向がみられた。しかしながら、彼らの研究では個人特性(社交不安)と、記憶想起時の視点との関連は検討されていない。

そこで、本研究では質問紙調査を用いて、他者から評価される社会的状況の記憶を想起してもらい、その状況の種類、時期、視点の関連を検討する。

方法

調査対象者

大学生198名が質問紙に回答した。そのうち、回答に記入漏れや記入中断がある16名を分析から除外した。その結果、182名の対象者の平均

年齢は 19.11 歳 ($SD=1.02$) で、性別ごとの人数は男性 76 名と女性 106 名であった。

質問紙構成

フェイスシート 年齢と性別の記入を求めた。

社会的不安尺度日本版 (石川・佐々木・福井, 1992) Watson & Friend(1969)が作成した他者からの否定的評価の懸念の程度を測定する尺度 (Fear of Negative Evaluation scale, 以下 FNE) で、30 項目・2 件法で構成されている。本研究では、石川他(1992)によって翻訳、標準化された日本版を用いた。国内外で、社交不安を測定する尺度として用いられており、本研究でも同様に社交不安の程度を測定する尺度として用いた。具体的な質問項目として、“人に馬鹿だと思われるのではないかと心配することは、ほとんどない。”、“馬鹿げたように見えないかとか、馬鹿な真似をして物笑いにならないかとよく心配する。”等の項目に対して、“はい”または“いいえ”の当てはまる選択肢を選び、回答を求めた。石川他(1992)によると、一因子構造で、逆転項目は 13 項目であった。はいを 1 点、いいえを 0 点として FNE 合計得点を算出した。先行研究によると、一般成人の平均得点は 13.81 ($SD=8.57$)、臨床群の平均得点は 21.97 ($SD=7.38$) であった (石川他, 1992)。本研究での信頼性係数は $\alpha = .93$ で十分な値であった。

状況の想起 本研究では、他者から評価される対人場面で、(A)特に不安に感じてうまくいかなかった状況 (N 状況：ネガティブ状況)、(B)特にうまくいった状況 (P 状況：ポジティブ状況)を、それぞれ 1 つ想起してもらい、状況と時期、視点、身体感覚、不安、イメージの属性の各項目への回答を求めた。各項目に回答する前に、過去の特定の 1 つの出来事

について思い浮かべてもらい、“30秒程度目を閉じて、そのときの状況、そのときのあなた自身について、できるだけ鮮明に思い浮かべ、以下の項目に回答して下さい。”と強調した。想起順によって想起内容に差異が生じる可能性があるため、ネガティブ状況とポジティブ状況の提示順を入れ替えた質問紙を2タイプ用意し、ランダムに配布することで、カウンターバランスをとった。

状況と経験した時期 各状況について出来事の内容と時期の記入を求めた。“どんな出来事ですか？状況と時期を簡単に記入して下さい。”という質問項目に対して、状況は自由記述で記載してもらい、経験した時期はどの程度過去の出来事か(年月日)の回答を求めた。

想起した際の視点 自伝的記想起の視点について、回答を求めた。事前に想起する際に2つの視点が存在することを説明した上で、調査対象者は、各状況の出来事の内容と時期を回答した後、“思い出した出来事のイメージをどのようにみていますか？思い浮かべたイメージの見え方には2つのタイプがあります。どちらの見え方に近いですか？現場視点から観察者視点までの当てはまる数字に○をして下さい。”という質問項目に対して、-3(現場視点)から+3(観察者視点)までの7件法で回答した。視点について、より詳細に理解してもらうために、質問項目の下に、視点についての説明を記載した。現場視点については、「あなたは実際にその行動をしているときと同じように、あたかも自分の目で見るようにイメージしています。その場合、イメージの中にあなたの姿は見えません」と説明し、観察者視点については、「あなたは、自分自身をちょうど観察者が観察しているように見えています。そのイメージの中には、周りの状況と同様にあなた自身の姿も見えます」と説明した。

身体感覚 過去の出来事想起における視点と身体感覚の関係を検討

するために、想起状況における不安と関連した身体症状について回答を求めた。「イメージの中のあなた自身についてお聞きします」と教示文を載せ、調査対象者は、不安に特徴的な“顔の赤さ”“汗”“心臓の鼓動”“手足の震え”“声の震え”について、気になった程度を、0(まったく)から5(とても)の6件法で回答した。

不安 想起した状況での不安の程度 of 回答を求めた。身体感覚と同様に、“不安”に関しても気になる程度を0(まったく)から5(とても)の6件法で回答を行った。

自伝的記憶想起の特徴 想起した記憶に関して回答を求めた。“思い浮かべたイメージの鮮明さ”は、記憶イメージの性質を検討する上で欠かせない情報であり、0(ぼんやり)から5(ハッキリ)の6件法で回答を求めた。“出来事を思い出す頻度”は、出来事記憶の再起性を測定する項目である。対象者は0(まったく)から5(いつも)の6件法で回答した。他の項目と同様に“イメージの情動価”について、0(快)から5(不快)までの6件法で尋ねた。

想起時の自己と現在の自己との近接性 質問紙の最後に、普段、社会的状況でのネガティブな自己イメージを持っているかどうかを検討するために、“他者から評価される対人状況ではあなたは、(A)うまくいかなかったあなた、(B)うまくいったときのあなたのどちらに近いですか？”を尋ねた。−3(うまくいかなかった自己)から+3(うまくいった自己)の7件法で回答を求めた。

手続き

大学の授業担当教員に質問紙調査への協力を依頼した。教員には、事前に調査の説明を行った。調査の説明は、①調査の目的、②回答に正誤

はないこと, ③自由意思による協力, ④回答の拒否・中断が可能なこと, ⑤無記名調査であるので個人情報保護されることを説明し, 調査に協力してもらえる場合は, 担当教員から実施の同意書を得た。担当教員と十分に相談し, 授業を受講する学生の学習時間に影響が少ない日時(a. 授業終了 10 分前, b. 授業終了時に配布し次回の授業時に回収)を選び, 実施した。

質問紙を配布した後に, 質問紙に添えた文書を口頭で読み上げながら, 調査についての説明を行った。①研究の目的, ②質問項目には正答がなく, 率直に答えること, ③心身に影響がないように十分配慮しているが不快になった場合には回答を中断できること, ④自由意思による協力で, 非協力の場合でも不利益が生じないこと, ⑤協力に同意した場合でも回答の中断・撤回が可能なこと, ⑥無記名調査であるので匿名性が保護されること, ⑦回答データは厳重に管理し, 外部に漏れることがないこと, ⑧回答データは統計的に処理され, 学会等で発表されること, ⑨質問紙の提出をもって, 協力への同意とすることを説明した。回答時間は 10 分程度であり, 協力に同意した対象者から質問紙を回収し, 調査を終了した。

調査時期

2008 年 11 月中旬から 12 月にかけて調査を行った。

結果

1. 基礎変数

182 名(男性 76 名, 女性 106 名)の調査対象者の年齢と FNE 得点の平均値と標準偏差を Table 3-1-1 に示した。平均年齢は 19.11 歳($SD=1.01$)

Table 3-1-1 全体における年齢と FNE 得点の平均値と標準偏差

	全体	
	<i>M</i>	<i>SD</i>
年齢	19.11	1.01
FNE	18.95	7.77

で、FNE 得点の平均得点は $18.95(SD=7.77)$ であった。FNE 得点の分布を Fig.3-1-1 に示した。

2. 想起状況の分類

想起された状況を明らかにするために、状況の分類を行った。質問紙では、不安を感じてうまくいかなかった状況(ネガティブ状況)と、うまくいった状況(ポジティブ状況)を一つずつ挙げて想起してもらった。状況ごとに分類を行い、それぞれのカテゴリの度数を Table 3-1-2 に示した。分類は、①面接場面(大学入試の面接，就職面接，バイトの面接)，②発表場面(スピーチ，演技・競技，プレゼン)，③会話場面(友人との話，相互作用場面)，④上司・年上との場面(上司や社長と相互作用場面)，⑤ケンカ場面(友人と喧嘩，叱責された場面)であった。その他，分類不能・なしと回答した項目も記載した。ネガティブ状況については，面接場面 70 名(38.46%)，発表場面 83 名(45.60%)となり，全体の 84.07%であった。ポジティブ状況については，面接場面 71 名(39.01%)，発表場面 69 名(37.91%)であり，両場面で全体の 76.92%を占めていた。

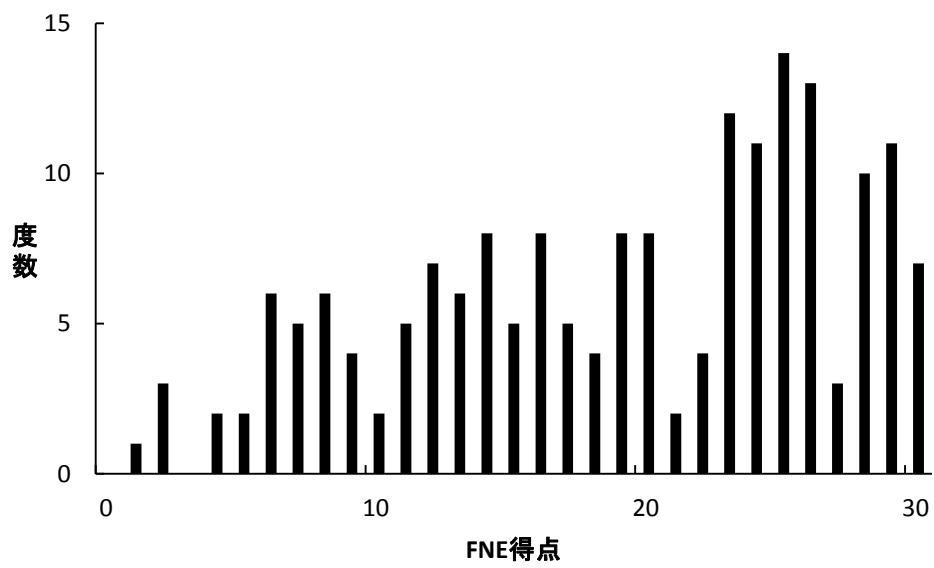


Fig. 3-1-1 FNE 得点の分布 ($N=182$)

Table 3-1-2 各状況における状況の分類カテゴリと度数

	ネガティブ状況		ポジティブ状況	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
①面接	70	(38.46)	71	(39.01)
②発表	83	(45.60)	69	(37.91)
③会話	2	(1.10)	8	(4.40)
④上司年上	4	(2.20)	4	(2.20)
⑤ケンカ	4	(2.20)	0	(0.00)
分類不能	2	(1.10)	3	(1.65)
なし	13	(7.14)	22	(12.09)
全体	178		177	

3. 想起状況の時期

想起した状況の時期について、どの程度過去の出来事であるかについて検討を行った。回答した状況の時期を、すべて日数に換算した。ネガティブ状況、ポジティブ状況について、最小値、最大値、中央値、平均値、標準偏差を算出した(Table 3-1-3)。ネガティブ状況において、最小値 1 日前、最大値 4015.44 日前(約 11 年前)となっており、平均 623.50 日前(約 1 年 8 か月前)であった。歪度が 2.03 となり、正の歪度を持つので、中央値を算出すると、334.62 日(約 11 か月)であった。ポジティブ状況については、最小値 1 日前、最大値 2768.22 日前(約 7 年 7 か月前)、平均値 539.13 日前(約 1 年 6 か月前)であった。ネガティブ状況同様に、分布が正の歪度(1.53)を持っているため、中央値を算出すると、365.04 日前(1 年前)であった。状況によって、日数に差異があるかを検討するために、 t 検定を行った。その結果、状況間に日数の差異はみられなかった($t(139)=1.03$, ns)。

Table 3-1-3 各状況における時期の最小値，最大値，中央値，平均値，標準偏差

	<i>N</i>	最小値	最大値	中央値	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i> 値
ネガティブ状況	164	1.00	4015.44	334.62	623.50	782.53	1.03
ポジティブ状況	155	1.00	2768.22	365.04	539.13	646.01	

数値の単位は、日数

4. 想起状況と他変数との関連

社交不安の程度と両状況の時期との関連を検討するために、FNE得点と、ネガティブ状況の時期(日数)、ポジティブ状況の時期(日数)の相関を算出した(Table 3-1-4)。その結果、FNE得点と両状況には、関連がみられなかった。ネガティブ状況の時期とポジティブ状況の時期との相関は、 $r=.26(p<.01)$ であり、弱い相関がみられた。

また、時期と想起した状況に関する変数(視点、身体感覚、想起イメージの属性)との関連を検討するために、相関係数を算出した(Table 3-1-5)。その結果、 $r=.20$ 以上で弱い相関がみられたのは、ネガティブ状況の時期と想起イメージの再起性($r=-.25$)、ポジティブ状況の時期と想起イメージの鮮明さ($r=-.23$)であった。このことから、ネガティブ状況では、出来事が起こった時期が昔になるほど再度思い出す頻度は減少する傾向がみられた。一方、ポジティブ状況では、出来事が起こった時期が昔になるほど想起した出来事の鮮明さは低下する傾向であった。なお視点と時期との関連はみられなかった(順に $r=.03$, $r=.05$ とともに *ns*)。

Table 3-1-4 FNE 得点と時期(各状況)との相関

	FNE	ネガティブ時期	ポジティブ時期
FNE			
ネガティブ時期	.05		
ポジティブ時期	-.05	.26 **	

** $p < .01$

Table 3-1-5 状況ごとの状況の時期と各変数の相関係数

	ネガティブ状況 時期	ポジティブ状況 時期
視点	.03	.05
赤面	.06	-.07
汗	-.01	.00
鼓動	.08	.09
手足の震え	.18 *	.07
声の震え	.17 *	.05
不安	-.10	.05
鮮明さ	-.02	-.23 **
再起性	-.25 **	-.13
情動価	.03	-.10

* $p < .05$; ** $p < .01$

考察

本研究では、自伝的記憶想起の状況・時期と他変数との関連を検討した。他者から評価される対人場面で、特に不安に感じてうまくいかなかった状況(ネガティブ状況)と、特にうまくいった状況(ポジティブ状況)をそれぞれ一つ挙げてもらい、その状況の分類を行った。

想起状況の種類について、ネガティブ状況、ポジティブ状況に大きな差はみられなかった。両状況において、面接場面と発表場面が回答された状況の75～80%以上を占めていた。回答者が教示内容と合致した状況を想起したことが確認された。先行研究によると、社交不安が生じる状況には2つの種類があると指摘されている。一つは、他者から観察される社会的状況(人前でのパフォーマンス状況)であり、もう一つは、人との会話やつきあいのような他者と交流する社会的状況(社会的相互作用状況)である(Mattick & Clarke, 1998)。本研究では教示文で指定した人前でのパフォーマンス状況に当てはまる面接場面や発表場面が想起されたと考えられる。

想起状況の発生時期については、最小1日前から最大11年前までの記憶想起が報告された。どの程度過去の出来事を想起するかは指定していなかったため、想起状況の時期は幅広く分布していた。ネガティブ状況、ポジティブ状況ともに、状況の時期は中央値が約1年前であった。

本研究では、視点と出来事の期間との間に関連がみられなかった。Nigro & Neisser(1983)によると、最近の記憶であるほど現場視点から想起されやすい傾向が指摘されている。出来事発生時期から長時間経過することで、体験したままの現場記憶の記憶から観察者視点からの記憶に再構成されやすいと考えられている。一方、直近の出来事は、再構成の機会がなく、体験したままの現場視点から想起されると考えられている。

本研究では、視点と期間との間の相関が低く、両者の間に関連はみられなかった。本研究で視点と状況期間との関連がみとめられなかった理由として、状況の特性といった要因が想起時の視点に影響を与えていた可能性が考えられる。状況の特性としては、本研究で想起した2つの状況はどちらも他者評価を受ける社会的状況であったが、不安という情動覚醒の程度が異なっていたと考えられる。強い自己意識や強い情動覚醒を体験した出来事は、観察者視点からの記憶として記憶されやすいと指摘されている(Nigro & Neisser, 1983)。

ネガティブ状況では、出来事が起こった時期が昔にあればあるほど、再度思い出す頻度が減少し、ポジティブ状況では、出来事が起こった時期が昔であればあるほど、想起した出来事の鮮明さが低下する傾向であった。どちらも $r=.20-.30$ の低相関であったので、明確に関連があるとはいえないが、最近のネガティブな出来事ほど、比較的思い出してしまう傾向があることが明らかになった。

第2節 記憶想起時の視点と、身体感覚および想起時の特徴との関連の検討(研究1-2)

問題と目的

社交不安傾向の高い人は、自伝的記憶を想起する際に、視点バイアス、つまり観察者視点から想起する傾向があることが指摘されている(Wells et al., 1998; Wells & Papageorgiou, 1999)。一方で、社交不安傾向の高い人は、不安を感じた社会的出来事を想起するときに、必ずしも観察者視点をを用いるわけではないという研究もみられる。強い不安を感じた出来事のみを観察者視点から想起しやすい(Coles et al., 2001)という研究や、社交不安傾向の高い人・社交不安傾向の低い人のどちらの参加者も、観察者視点からではなく現場視点から過去の出来事を想起していたという研究が存在する(Stopa & Bryant, 2004)。

社交不安の認知モデルでは、不安を感じた社会的状況を観察者視点から想起する過程が想定されているが、一貫した結果が得られていない。McEwan & Devins(1983)は、社交不安の重要な関心事は「他者から身体症状がみえるかどうか」とであると指摘した。社交不安の身体症状への関心は、記憶想起の内容にも影響を与えていると考えられ、身体感覚の程度にも視点が影響している可能性がある。

そこで、本研究では研究1-1と同じ質問紙調査データを用いて、社会的状況想起における視点バイアスを検討することを目的とする。また記憶想起の視点と身体感覚との関連を検討する。予測として、社交不安の認知モデルで提唱されている通り、社交不安傾向の人が不安に感じた社会的状況を想起すると、観察者視点が優勢になると考えられる。

記憶想起の視点を測定するために、先行研究(Wells & Papageorgiou,

1999)と同様の手法を用い、 -3 (現場視点)から $+3$ (観察者視点)の1つのスケールで視点を測定し、分析を行った。実際の記憶想起体験においては、観察者視点と現場視点は明確に分かれる現象ではなく、記憶想起している最中に視点は切り替わると考えられる。視点と他の変数との関連を見る際には、便宜的に -3 から -1 の間に評価したものを現場視点が優勢と設定し、 $+1$ から $+3$ の間に評価したものを観察者視点が優勢と設定した。スケールの中間点(0)は、現場視点 50%、観察者視点 50%を示し、どちらの視点についても優勢ではないため、視点と身体感覚の関連を見る際には、分析に含めなかった。

方法

調査対象者

研究 1-1 と同様であった。

質問紙(測定変数)

研究 1-1 と同様であった。社会的不安尺度日本版(FNE)を最初に回答し、その後ネガティブ状況とポジティブ状況について、場面の想起、状況と時期の記入を行った。各状況について、想起した際の視点、身体感覚(顔の赤さ、汗、心臓の鼓動、手足の震え、声の震え)、不安、自伝的記憶想起の特徴(鮮明さ、再起性、情動価)を回答した。最後に、想起時の自己と現在の自己との近接性を回答した。ネガティブ状況とポジティブ状況の回答順序は、カウンターバランスをとった。

調査時期

研究 1-1 と同様であった。

結果

1. 社交不安群の設定

社交不安の程度と記憶想起内容の関連を検討するために、FNE の平均値 $18.95 (SD=7.77)$ から -1 標準偏差以下 ($M=11.18$ 以下) を低社交不安群, $+1$ 標準偏差以上 ($M=26.72$ 以上) を高社交不安群と設定した。その結果, 低社交不安群は 36 名 (男性 18 名, 女性 18 名) から構成され, 平均年齢 19.19 歳 ($SD=0.75$) であった。高社交不安群は 31 名 (男性 14 名, 女性 17 名) から構成され, 平均年齢 18.97 歳 ($SD=0.75$) であった (Table 3-2-1)。年齢と FNE 得点について, t 検定を用いて両群の差異を検討した結果, FNE 得点においては両群に有意な差がみられた ($t(44.22)=44.43$, $p<.001$)。年齢には有意な差はみられなかった ($t(65)=1.23$, ns)。

2. 状況想起における社交不安の程度と視点の関連

社交不安傾向の高い人は, 過去に不安を感じた社会的場면을観察者視点から想起しやすいといわれる (Wells et al., 1998)。そこで, 各状況において, 想起した際の視点と他の従属変数との関連を検討した。

ネガティブ状況およびポジティブ状況での視点の度数分布と, 社交不安群ごとの視点の度数分布を示した (Table 3-2-2, Fig.3-2-1, Fig. 3-2-2)。記憶想起の際に優勢であった視点を明らかにするために, 視点の向き変数を作成した。想起する時の視点を, -3 から -1 までを現場視点, $+1$ から $+3$ までを観察者視点と分類し, 視点の向き変数とした。算出するにあたって, 想起時の視点を 0 (現場視点と観察者視点の割合が半分ずつ) と回答した調査対象者は分析から除外した (ネガティブ状況 6 名, ポジティブ状況 3 名)。

Table 3-2-1 全体・社交不安群における年齢，FNE 得点の平均値と標準偏差および t 値

	全体 ($N=182$)		低社交不安群 ($n=36$)		高社交不安群 ($n=31$)		t 値
	M	SD	M	SD	M	SD	
年齢	19.11	1.01	19.19	0.75	18.97	0.75	1.23
FNE	18.95	7.77	7.08	2.74	28.71	0.94	41.85 ***

*** $p<.001$

Table 3-2-2 全体および社交不安群における視点の度数

ネガティブ状況		全体 度数	低社交不安群 度数	高社交不安群 度数
現場視点	-3	36	5	5
↑	-2	31	6	7
	-1	11	3	1
	0	17	4	2
	+1	25	3	4
↓	+2	38	8	10
観察者視点	+3	9	2	1
合計		167	31	30

ポジティブ状況		全体 度数	低社交不安群 度数	高社交不安群 度数
現場視点	-3	33	9	7
↑	-2	18	2	4
	-1	21	4	4
	0	15	3	0
	+1	23	3	3
↓	+2	35	9	6
観察者視点	+3	13	3	3
合計		158	33	27

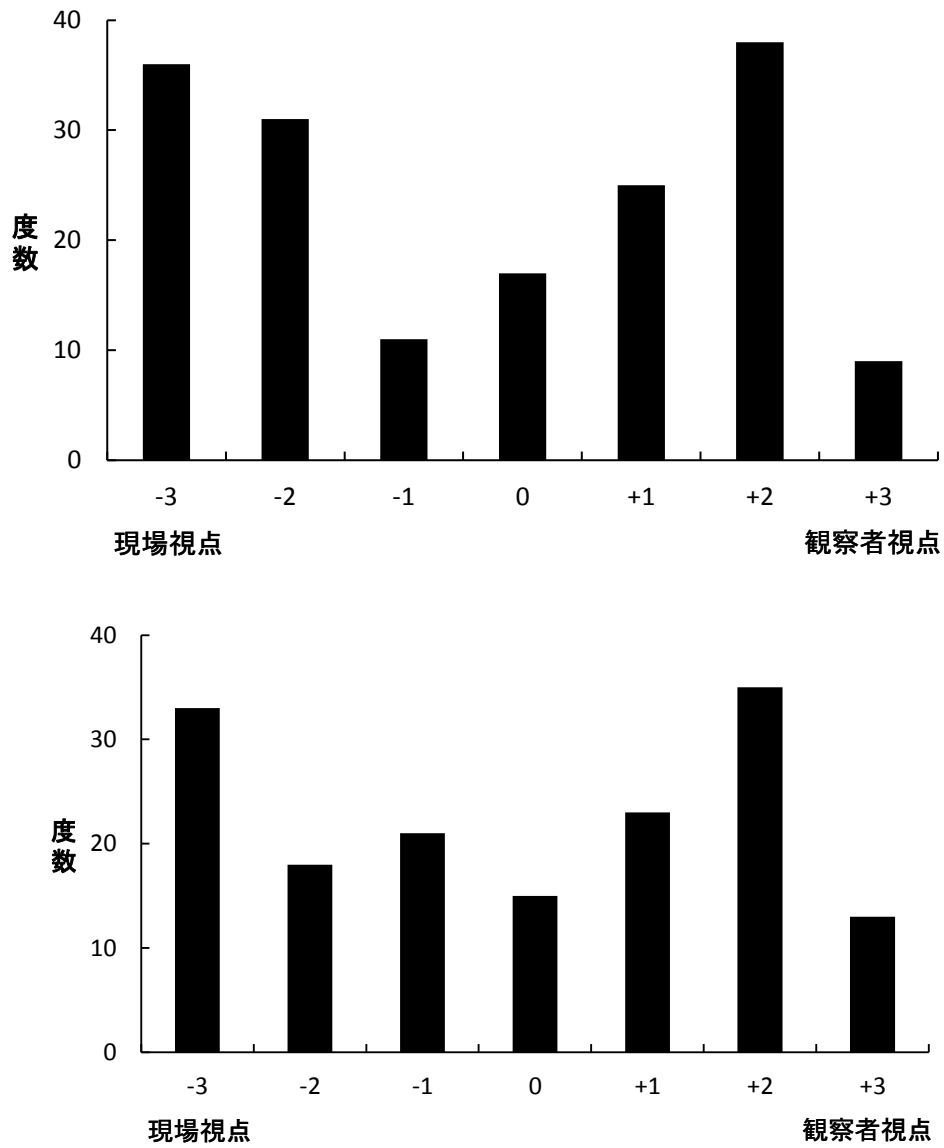


Fig.3-2-1 ネガティブ状況(上)とポジティブ状況(下)における想起時の視点の度数分布(全体)

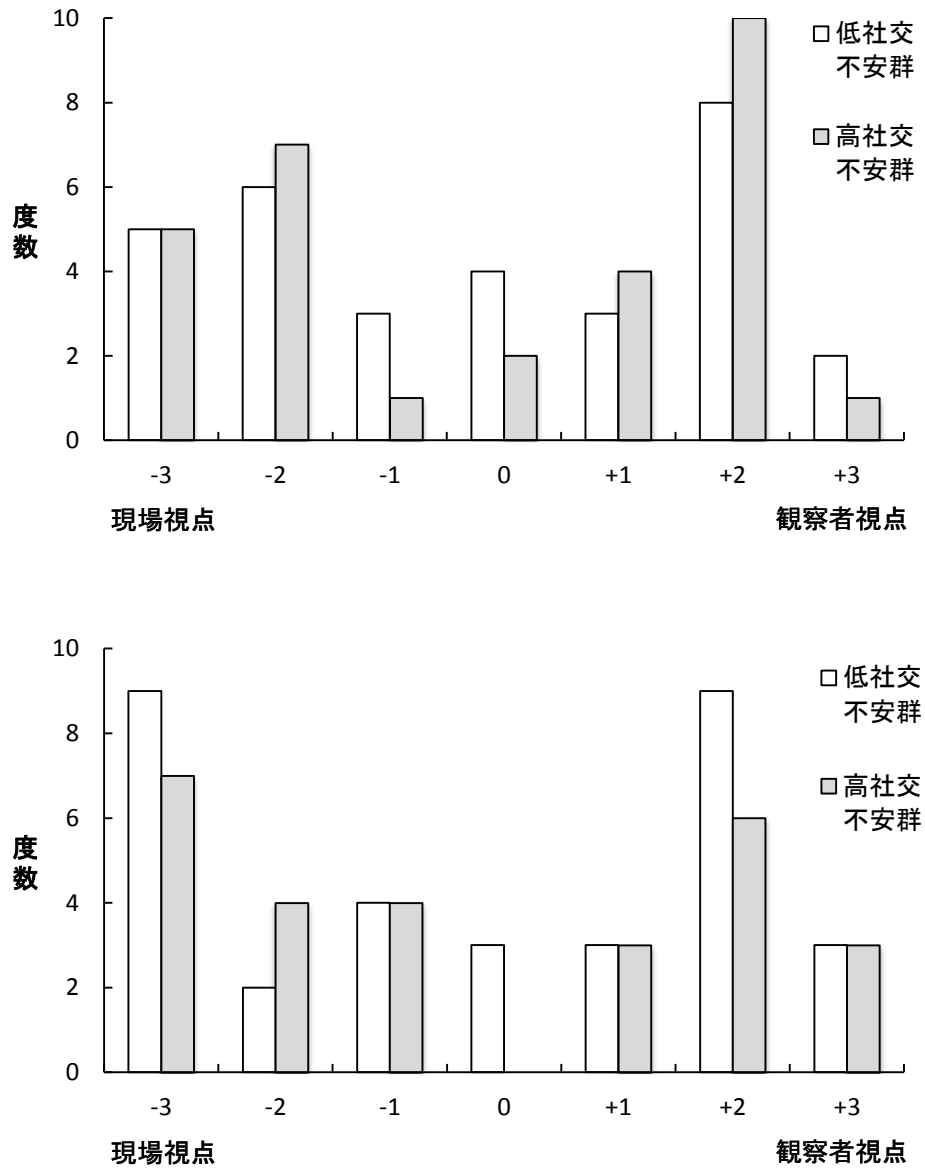


Fig.3-2-2 ネガティブ状況(上)とポジティブ状況(下)における想起時の視点の度数分布(社交不安群ごと)

ネガティブ状況，ポジティブ状況における想起した際の視点の向き変数を算出し，ネガティブ状況における想起視点を「ネガティブ視点の向き（現場視点/観察者視点）」変数，ポジティブ状況における想起視点を「ポジティブ視点の向き（現場視点/観察者視点）」変数とした。状況ごとの社交不安群と視点の向きのクロス集計表を作成し，Table 3-2-3 に示した。ネガティブ状況とポジティブ状況において，社交不安群と視点の向きの組み合わせに人数差はみられなかった（ネガティブ状況： $\chi^2=0.16$ ；ポジティブ状況 $\chi^2=0.18$ ，ともに *ns*）。

状況ごとに想起する視点の偏りがあるかを検討するために，社交不安群別にネガティブ視点の向きとポジティブ視点の向きのクロス集計表を作成した（Table 3-2-4）。 χ^2 検定を行った結果，低社交不安群と高社交不安群は，状況での視点の向きに偏りはみられなかった（低社交不安群： $\chi^2=.03$ ；高社交不安群 $\chi^2=.99$ ，ともに *ns*）。

Table 3-2-3 社交不安群と視点の向きのクロス集計

ネガティブ状況	視点の向き		合計
	現場視点	観察者視点	
低社交不安群	14	13	27
高社交不安群	13	15	28
合計	27	28	55

ポジティブ状況	視点の向き		合計
	現場視点	観察者視点	
低社交不安群	15	15	30
高社交不安群	15	12	27
合計	30	27	57

Table 3-2-4 社交不安群におけるネガティブ視点の向きとポジティブ視点の向きの度数

低社交不安群		ポジティブ状況での視点の向き		
		現場視点	観察者視点	合計
ネガティブ状況での 視点の向き	現場視点	7	5	12
	観察者視点	6	5	11
	合計	13	10	23

高社交不安群		ポジティブ状況での視点の向き		
		現場視点	観察者視点	合計
ネガティブ状況での 視点の向き	現場視点	8	5	13
	観察者視点	5	7	12
	合計	13	12	25

3. ネガティブ状況での社交不安群と視点の向きによる各変数の差異

(Table 3-2-5)

身体感覚 各身体感覚変数について、社交不安群と視点の向きを独立変数とした2要因分散分析を行った。各従属変数での主効果・交互作用をTable 3-2-6に示した。

顔の赤さに関する変数では、社交不安群の有意な主効果($F(1,50)=12.48, p<.01$)と有意傾向の交互作用($F(1,50)=3.12, p<.10$)がみられた。汗に関する変数では、社交不安群の主効果が有意傾向($F(1,50)=12.48, p<.01$)、および有意傾向の交互作用($F(1,50)=3.99, p<.10$)がみられた。心臓の鼓動に関する変数では、各主効果・交互作用は有意ではなかった。手足の震えに関する変数では、社交不安群の主効果($F(1,50)=5.76, p<.05$)、および有意傾向の交互作用($F(1,50)=3.66, p<.10$)がみられた。声の震えに関する変数では、社交不安群の有意な主効果($F(1,50)=4.98, p<.05$)がみられた。

顔の赤さ、汗、手足の震え変数において、有意傾向の交互作用がみられたため、単純主効果の検定を行った。その結果、顔の赤さ(Fig.3-2-3)では、現場視点において、低社交不安群($M=0.92$)よりも高社交不安群($M=3.23$)のほうが想起した状況で赤面を感じた程度が高かった($p<.01$)。また高社交不安群において、現場視点($M=3.23$)から想起した参加者は、観察者視点($M=2.00$)から想起した参加者よりも顔が赤いと感じていた($p<.05$)。汗(Fig. 3-2-4)では、現場視点で低社交不安群($M=1.31$)よりも高社交不安群($M=3.00$)のほうが有意に高い値であった。手足の震え(Fig. 3-2-5)では、単純主効果の検定を行ったところ、観察者視点から想起すると、高社交不安群($M=3.67$)は低社交不安群($M=1.62$)と比較して、より手足の震えが気になったと報告していた。

Table 3-2-5 ネガティブ状況における身体感覚に関する各変数の平均値と標準偏差

ネガティブ状況		現場視点		観察者視点	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
顔の赤さ	低社交不安群	0.92	1.50	1.23	1.48
	高社交不安群	3.23	1.42	2.00	1.89
汗	低社交不安群	1.31	1.49	2.31	1.75
	高社交不安群	3.00	1.47	2.27	1.62
心臓の鼓動	低社交不安群	3.62	1.19	3.08	1.32
	高社交不安群	3.15	1.52	3.20	1.21
手足の震え	低社交不安群	2.69	1.97	1.62	1.76
	高社交不安群	2.92	1.61	3.67	1.63
声の震え	低社交不安群	3.08	1.66	2.23	1.88
	高社交不安群	3.46	1.05	3.67	1.29
視点	低社交不安群	-2.15	0.80	1.92	0.64
	高社交不安群	-2.31	0.63	1.80	0.56
期間	低社交不安群	385.27	739.68	394.58	723.34
	高社交不安群	389.33	604.73	852.00	1086.73
不安	低社交不安群	4.38	0.65	3.46	0.97
	高社交不安群	4.15	0.90	4.07	0.96
鮮明さ	低社交不安群	3.62	0.77	3.23	1.42
	高社交不安群	3.85	0.99	3.73	0.96
再起性	低社交不安群	1.15	0.90	1.08	1.12
	高社交不安群	2.69	1.03	1.67	1.40
情動価	低社交不安群	3.69	1.11	2.92	1.32
	高社交不安群	3.85	0.99	3.67	1.11

Table 3-2-6 ネガティブ状況における身体感覚に関する各変数の2要因分散分析

従属変数	主効果・交互作用	F値	差の詳細	
顔の赤さ	社交不安群	12.48 **	現場視点: 低社交不安 <高社交不安($p<.01$)	高社交不安: 現場>観察 ($p<.05$)
	ネガティブ視点の向き	1.12		
	交互作用	3.12 †		
汗	社交不安群	3.62 †	現場視点: 低社交不安< 高社交不安($p<.01$)	
	ネガティブ視点の向き	0.09		
	交互作用	3.99 †		
心臓の鼓動	社交不安群	0.22		
	ネガティブ視点の向き	0.47		
	交互作用	0.67		
手足の震え	社交不安群	5.76 *	観察者視点: 低社交不安 <高社交不安($p<.01$)	
	ネガティブ視点の向き	0.12		
	交互作用	3.66 †		
声の震え	社交不安群	4.98 *	低社交不安<高社交不安	
	ネガティブ視点の向き	0.62		
	交互作用	1.66		
視点	社交不安群	0.59	現場<観察	
	ネガティブ視点の向き	516.92 ***		
	交互作用	0.01		
期間	社交不安群	1.06		
	ネガティブ視点の向き	1.11		
	交互作用	1.02		
不安	社交不安群	0.61	観察者視点: 低社交不安 <高社交不安($p<.10$)	低社交不安: 現場>観察 ($p<.05$)
	ネガティブ視点の向き	4.41 *		
	交互作用	3.02 †		
鮮明さ	社交不安群	1.61		
	ネガティブ視点の向き	0.74		
	交互作用	0.22		
再起性	社交不安群	11.76 **	低社交不安<高社交不安	現場>観察
	ネガティブ視点の向き	3.16 †		
	交互作用	2.34		
情動価	社交不安群	2.09		
	ネガティブ視点の向き	2.34		
	交互作用	0.90		

*** $p<.001$; ** $p<.01$; * $p<.05$; † $p<.10$

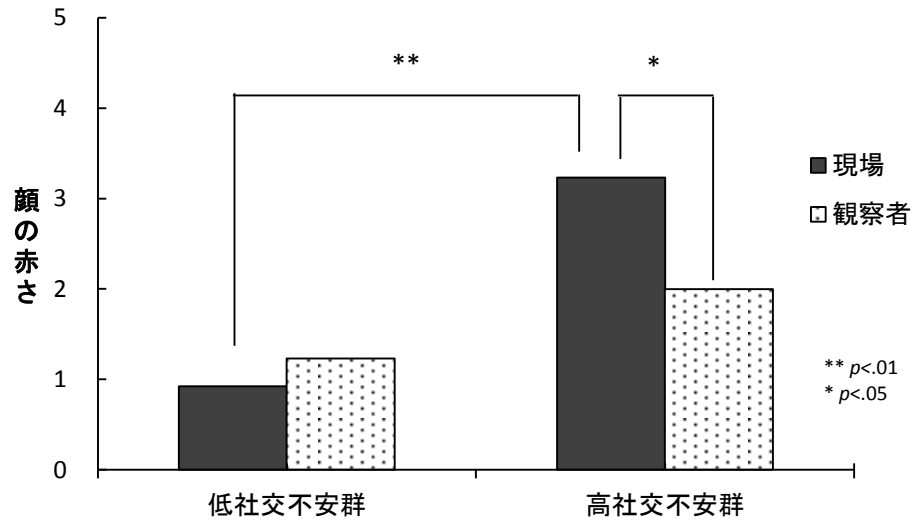


Fig. 3-2-3 ネガティブ状況における各視点・各社交不安群の顔の赤さ変数の平均値

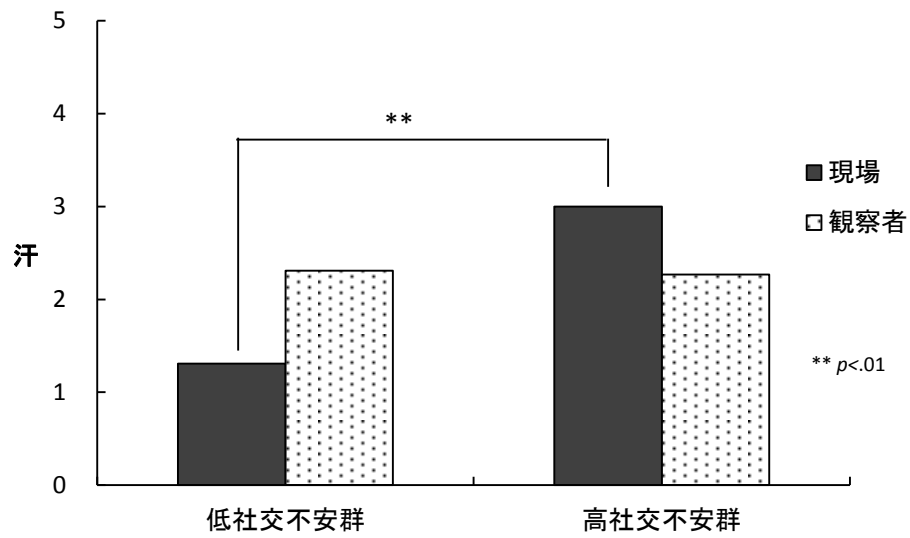


Fig. 3-2-4 ネガティブ状況における各視点・各社交不安群の汗変数の平均値

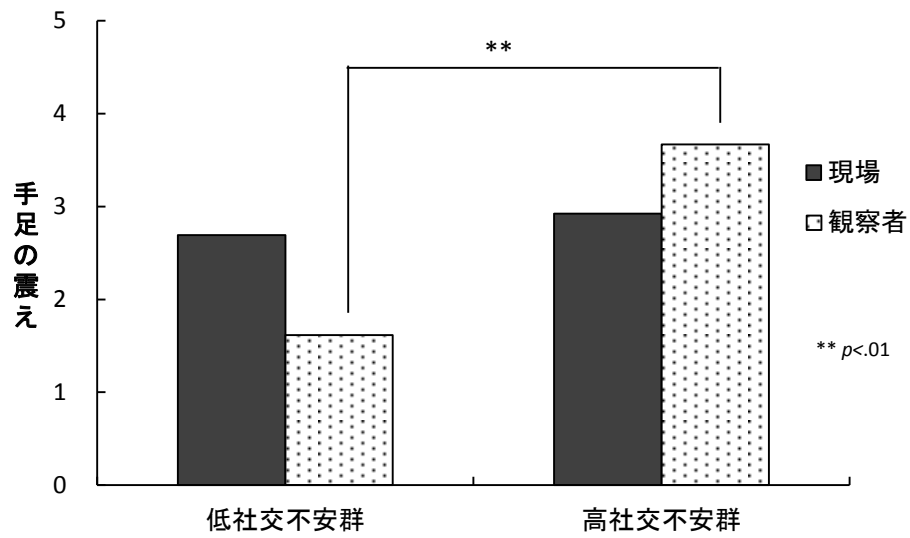


Fig. 3-2-5 ネガティブ状況における各視点・各社交不安群の手足の震え変数の平均値

不安 不安の程度を従属変数とした 2 要因の分散分析を行った結果、視点の主効果($F(1,50)=4.41, p<.05$)がみられ、交互作用が有意傾向であった($F(1,50)=3.02, p<.10$)。交互作用が有意傾向であったので、単純主効果の検定を行ったところ、低社交不安群において観察者視点($M=3.46$)よりも現場視点($M=4.39$)の不安得点のほうが高かった(Fig. 3-2-6)。

想起イメージについての属性 イメージの鮮明さと情動価に対して、群と視点の向きの影響を検討したところ、各要因による差異はみられなかった。ネガティブ状況の再起性(思い出す頻度)は、社交不安群の主効果が有意で($F(1,50)=11.76, p<.01$)、視点の向きの主効果が有意傾向であった($F(1,50)=3.16, p<.10$)がみられた。低社交不安群($M=1.12$)よりも高社交不安群($M=2.18$)のほうがより思い出す頻度が高かった。

状況の期間 状況を経験した時期を従属変数として 2 要因の分散分析を行った結果、有意な主効果・交互作用はみられなかった。

以上、ネガティブ状況における各変数での社交不安群と視点の向きによる影響をまとめると、全体としては、低社交不安群よりも高社交不安群のほうが、より顔の赤さ、汗、手足の震え、声の震えを気にしていた。身体感覚の中でも、心臓の鼓動だけは、社交不安群による差異がみられなかった。ネガティブ状況における視点と他変数については、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者と比較して、視点の向きによる身体感覚や不安、想起イメージの属性への有意な差異はみられなかった。むしろ、わずかながら低社交不安群において視点の向きによる差異がみられ、観察者視点から不安を感じた状況の記憶を想起すると、現場視点からの想起、あるいは同視点から想起した高社交不安群よりも、手足の震えや不安感を報告していた。

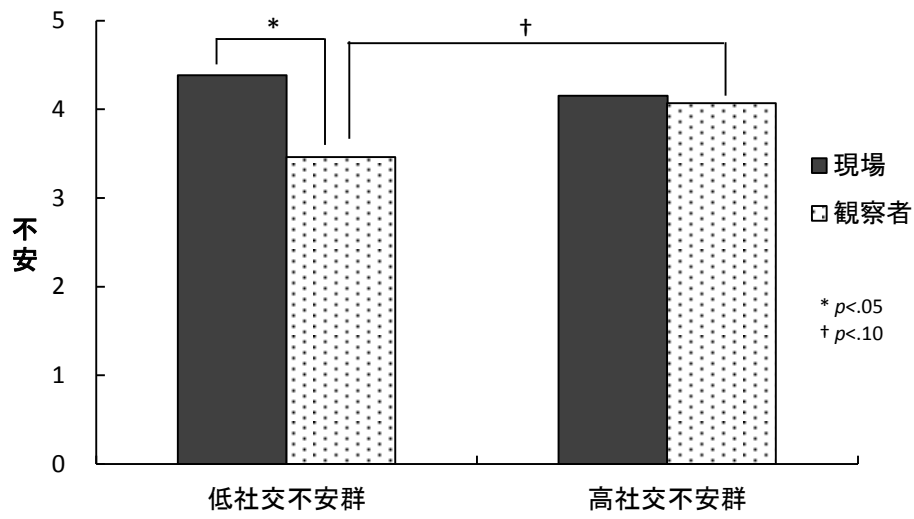


Fig. 3-2-6 ネガティブ状況における各視点・各社交不安群の不安変数の平均値

4. ポジティブ状況での社交不安群と視点の向きごとの各変数の差異

(Table 3-2-7)

身体感覚 各身体感覚変数について、社交不安群とポジティブ視点の向きを要因とした2要因分散分析を行った。各従属変数における主効果と交互作用の F 値をTable 3-2-8に示した。顔の赤さ、手足の震えで有意な社交不安群の主効果がみられた(顔の赤さ $F(1,51)=6.89$, $p<.05$; 手足の震え $F(1,51)=4.39$, $p<.05$)。汗については、社交不安群の主効果が有意傾向であった($F(1,51)=3.26$, $p<.10$)。ポジティブな状況を想起したときに、高社交不安群は低社交不安群よりも、顔の赤さや手足の震え、汗が気になると報告していた。声の震えについては、社交不安群そして視点の主効果と交互作用はみられなかった。心臓の鼓動については、視点の向きの主効果が有意であった($F(1,51)=4.34$, $p<.05$)。観察者視点($M=1.97$)よりも現場視点($M=2.91$)で心臓の鼓動を多く報告していた。

不安 社交不安群の主効果($F(1,51)=5.73$, $p<.05$)がみられ、低社交不安群($M=1.65$)よりも高社交不安群($M=2.66$)のほうが高値であった。その他の主効果・交互作用はみられなかった。

想起イメージの属性 イメージの鮮明さ、イメージの再起性、イメージの情動価について、2要因分散分析を行ったところ、主効果、交互作用はともにみられなかった。

状況の時期 想起した出来事を体験した時期について、2要因分散分析を行ったところ、主効果・交互作用はみられず、社交不安と視点による影響はみとめられなかった。

以上、ポジティブ状況の各変数での社交不安群と視点の向きの関連をまとめると、ネガティブ状況と同様に、低社交不安群よりも高社交不安群のほうが、顔の赤さ、汗、手足の震えをより高く報告していた。心臓

Table3-2-7 ポジティブ状況における身体感覚に関する各変数の平均値と標準偏差

ポジティブ状況		現場視点		観察者視点	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
顔の赤さ	低社交不安群	0.62	0.96	0.87	1.41
	高社交不安群	1.67	1.18	1.75	1.82
汗	低社交不安群	1.00	1.08	0.93	1.10
	高社交不安群	2.07	1.49	1.08	1.24
心臓の鼓動	低社交不安群	2.69	1.38	1.93	1.87
	高社交不安群	3.13	1.55	2.00	1.86
手足の震え	低社交不安群	1.23	1.17	1.07	1.33
	高社交不安群	1.93	1.71	2.08	1.78
声の震え	低社交不安群	2.00	1.87	1.13	1.19
	高社交不安群	1.93	1.58	2.17	1.90
視点	低社交不安群	-2.38	0.87	2.00	0.65
	高社交不安群	-2.20	0.86	2.00	0.74
期間	低社交不安群	479.70	496.16	724.93	815.72
	高社交不安群	548.00	736.30	336.54	419.06
不安	低社交不安群	1.69	1.60	1.60	1.64
	高社交不安群	2.73	1.53	2.58	1.44
鮮明さ	低社交不安群	3.69	0.95	4.00	0.76
	高社交不安群	3.33	1.29	3.83	1.03
再起性	低社交不安群	1.54	1.13	1.50	1.27
	高社交不安群	1.53	1.36	1.50	1.38
情動価	低社交不安群	1.69	1.11	1.37	1.47
	高社交不安群	1.73	1.39	1.75	1.22

Table 3-2-8 ポジティブ状況における身体感覚に関する各変数の2要因分散分析

従属変数	主効果・交互作用	F値	差の詳細
顔の赤さ	社交不安群	6.89 *	低社交不安<高社交不安
	視点の向き	0.21	
	交互作用	0.05	
汗	社交不安群	3.26 †	低社交不安<高社交不安
	視点の向き	2.43	
	交互作用	1.85	
心臓の鼓動	社交不安群	0.31	現場>観察
	視点の向き	4.34 *	
	交互作用	0.17	
手足の震え	社交不安群	4.39 *	低社交不安<高社交不安
	視点の向き	0.00	
	交互作用	0.15	
声の震え	社交不安群	1.19	
	視点の向き	0.51	
	交互作用	1.54	
視点	社交不安群	0.19	現場<観察
	視点の向き	406.70 ***	
	交互作用	0.19	
期間	社交不安群	0.82	
	視点の向き	0.01	
	交互作用	1.66	
不安	社交不安群	5.73 *	低社交不安<高社交不安
	視点の向き	0.08	
	交互作用	0.00	
鮮明さ	社交不安群	0.89	
	視点の向き	2.11	
	交互作用	0.12	
再起性	社交不安群	0.00	
	視点の向き	0.01	
	交互作用	0.00	
情動価	社交不安群	0.35	
	視点の向き	0.19	
	交互作用	0.23	

*** $p<.001$; ** $p<.01$; * $p<.05$; † $p<.10$

の鼓動についてはネガティブ状況と同様に社交不安群による差異がみられなかったが、視点による有意な差がみられた。現場視点から想起しているほうが観察者視点から想起したときよりも、心臓の鼓動を高く感じていた。声の震えに関しては、ネガティブ状況と異なり、社交不安群による全体的な差異はみられなかった。どの変数においても交互作用はみられず、ネガティブ状況とは異なる結果となった。

考察

本研究の目的は、過去の社会的状況の記憶想起における視点を検討し、想起時の身体感覚や想起イメージの特徴を、社交不安の程度と視点から検討することであった。

本研究で得られた結果をまとめると、記憶想起における社交不安と視点の関連はみられなかった。Stopa & Bryant(2004)の研究と同様に、本研究では、記憶想起の視点は、現場視点・観察者視点のどちらの視点にも偏っていなかった。全体としては、ネガティブ状況において、低社交不安群よりも高社交不安群のほうが、より顔の赤さ、汗、手足の震え、声の震えを気にしていた。身体感覚の中でも、心臓の鼓動は他の身体感覚同様に気にする傾向がみられたが、社交不安群による差異はみられなかった。高社交不安群において、視点の向きによる身体感覚や不安、想起イメージの属性への有意な条件差はみられなかった。低社交不安群において、視点の向きによる差異がみられた。低社交不安傾向の参加者が観察者視点から不安を感じた出来事の記憶を想起すると、現場視点からの想起あるいは高社交不安群の参加者が現場視点からの想起したときと比べて、手足の震えや不安感を弱く報告していた。またポジティブ状況の各変数における社交不安群と視点の向きとの関連をまとめると、ネガティブ状況と同様に、高社交不安群の参加者は低社交不安群の参加者よりも、顔の赤さ、汗、手足の震えを強く報告していた。心臓の鼓動についてはネガティブ状況と同様に社交不安群による差異がみられなかった。視点による有意な差はみられ、現場視点から想起しているほうが観察者視点から想起したときよりも、心臓の鼓動を高く感じていた。どの変数においても交互作用はみられず、ネガティブ状況とは異なる結果となった。

まず視点について考察を行うと、不安を感じた社会的状況を想起する際に、観察者視点から状況を想起することが社交不安傾向の高い人の特徴であると指摘されている(Clark & Wells, 1995 ; Wells et al., 1998)。一方で、観察者視点の使用に偏らず、現場視点の使用が多い研究もみられる(Stopa & Bryant, 2004)。本研究の結果から、社交不安傾向の高い人が観察者視点を現場視点よりも有意に使用しているという結果は得られなかった。

社会的状況に入ると、自己を社会的対象として処理する過程である作動自己が機能し、自伝的記憶へのアクセスのしやすさが高まると考えられる。特にそのときの目標と合致したエピソード記憶へのアクセスが高まり、概念的自己が活性化されると考えられる。本研究では、社会的状況下(オンライン)での記憶想起ではなかったが、社交不安傾向の高い人が低い人と比較して社会的場面についての記憶想起をする際に活性化しやすい情報(赤面や手の震えといった身体感覚情報)があることが明らかになった。

視点使用は、社交不安の程度による差異がみられなかったが、観察者視点、現場視点の機能は、社交不安ごとに異なっていたと考えられる。視点の向きと社交不安群を要因とした分散分析の結果、低社交不安群では、観察者視点から想起した人は、現場視点から想起した人よりもネガティブ状況での不安の程度を低かった。すなわち、社交不安が低い人にとって、観察者視点からの想起は不安の程度の低さと関連していた。これは Sutin & Robins(2008)が提唱した観察者視点の *Dispassionate Observer*(公平な観察者)機能であると考えられ、記憶での自己の客体化を促進し、記憶で体験したネガティブ情動を弱めた結果、不安が低まっていたと推定される。一方、高社交不安群における観察者視点では、不

安の低下はみられなかった。観察者視点から想起することで、Dispassionate Observer 機能よりも Salient Self(際立った自己)の機能がみられ、手足の震えについては観察者視点からの報告が多かった。汗や顔の赤さについて、社交不安が高い人は現場視点で思い出したことで、記憶を再体験し、強い身体感覚を報告していたと考えられる。

また本研究において、社会的状況の想起の視点に関連した要因として次のような要因が考えられる。まず、個人によって想起状況の属性が異なっていた可能性がある。Nigro & Neisser(1983)は、想起する状況の属性と視点の関連を検討している。自伝的記憶想起の際の視点について調査を行い、より多くの対象者が観察者視点から想起した状況において、情動、特に不快な情動を強く喚起し、また自己に注意が向いていたことから、情動性と自己意識の高さが観察者視点をもたらす要因であることを示唆している。研究 1-1 の結果から、本研究での想起状況は、面接・発表場面でどちらも自己意識が高まる状況(評価的な社会的状況)であるため、自己意識が低い状況は測定しておらず、状況の自己意識の差異と視点との関連を検討できなかった。

さらに個人のイメージ能力の程度によっても、想起する際の視点が異なることが報告されている。小泉(2005)は、イメージ能力が低い社交不安傾向の高い人が、大勢の前でスピーチを行う場면을イメージすると、観察者視点からの記憶が優位になり、反対に、イメージ能力が高い社交不安傾向の高い人が、スピーチ場면을イメージすると現場視点からの記憶が優位になることを示している。今後は、状況の属性と個人のイメージ能力を考慮にいられて検討を行う必要があるだろう。

以上のように、多くの可能性が考えられるものの、本研究の結果は、社交不安傾向の高い人のもつ自伝的記憶想起の視点バイアスに疑問を呈

する結果であった。Stopa & Bryant(2004)の結果がより社交不安が高い群でも再確認された。今後は、状況の属性や個人の能力を考慮に入れて、社交不安の認知モデルのより詳細な検討が必要である。

第3節 社交不安高低群における情動価の異なる社会的状況想起の比較(研究1-3)

問題と目的

研究1-1では、想起された状況には、発表や面接といった他者から注目・評価されるパフォーマンス場面が多くを占め、出来事が起こった時期にばらつきがあったが、視点と過去の期間との関連はみられなかった。研究1-2では、社交不安の程度と視点との関連から記憶での身体感覚や想起イメージの特徴を検討した。観察者視点の偏りはみられず、社交不安傾向の高い人はどちらの視点からも過去の社会的出来事を想起していた。

しかしながら、不安に感じた状況の記憶想起(ネガティブ状況)と、うまくいった状況の記憶想起(ポジティブ状況)で感じる身体感覚や想起イメージの特徴については検討を行っていない。社交不安の程度や、状況によって、想起する内容に差異が生じるかを検討する必要がある。

そこで本研究の目的は、研究1-1、研究1-2で使用した質問紙データを使用して、情動価(快感情・不快感情)が異なる社会的状況の記憶想起における身体感覚や想起イメージの特徴(視点・不安・鮮明度)を検討した。

方法

調査対象者

研究1-1,研究1-2と同様であった。社交不安の程度によって影響を検討するために、FNEの平均値から-1標準偏差以下(11.18以下)を低社交不安群、+1標準偏差以上(26.72以上)を高社交不安群と設定した。

質問紙(測定変数)

研究 1-1, 研究 1-2 と同様であった。

調査時期

研究 1-1, 研究 1-2 と同様であった。

結果

1. 対象者全体と状況の各変数との比較

ネガティブ状況とポジティブ状況における差異を検討するために、対象者全体の各変数において状況ごとに対応のある t 検定を行った。状況ごとの平均値と標準偏差を Table 3-3-1 に示した。その結果、身体感覚についての変数である顔の赤さ、汗、心臓の鼓動、手足の震え、声の震えで状況の間に有意な差異がみられた(順に $t(144)=4.64$, $t(144)=6.84$, $t(143)=5.49$, $t(142)=7.28$, $t(142)=7.98$, すべて $p<.001$)。不安についても、有意な差がみられた($t(144)=12.04$, $p<.001$)。このことから、ネガティブ状況の時のほうが、ポジティブ状況の時よりも多くの身体感覚と不安感を報告していた。一方、視点については、状況間に有意な差がみられなかった($t(143)=0.75$, ns)。想起イメージの属性については、鮮明さと再起性において状況間に有意な差がみられなかった(順に $t(144)=0.66$, $t(143)=1.26$, とともに ns)。情動価では有意な差がみられた($t(143)=13.67$, $p<.001$)。

Table 3-3-1 状況ごとの各変数の平均値と標準偏差および t 検定の結果

	状況	全体($N=140\sim145$)		t 値	
		M	SD		
顔の赤さ	N	1.90	1.75	$t(144)=4.64$	***
	P	1.26	1.45		
汗	N	2.19	1.61	$t(144)=6.84$	***
	P	1.26	1.42		
心臓の鼓動	N	3.13	1.52	$t(143)=5.49$	***
	P	2.28	1.70		
手足の震え	N	2.60	1.76	$t(142)=7.28$	***
	P	1.40	1.48		
声の震え	N	2.92	1.60	$t(142)=7.98$	***
	P	1.59	1.51		
視点	N	-0.44	2.07	$t(143)=0.75$	
	P	-0.29	2.06		
期間	N	619.80	803.36	$t(139)=1.03$	
	P	542.36	647.67		
不安	N	3.92	1.30	$t(144)=12.04$	***
	P	2.10	1.56		
鮮明さ	N	3.28	1.17	$t(144)=0.66$	
	P	3.37	1.12		
再起性	N	1.59	1.35	$t(143)=1.26$	
	P	1.43	1.32		
情動価	N	3.69	1.06	$t(143)=13.67$	***
	P	1.64	1.30		
N=N状況(うまくいかなかった状況)					*** $p<.001$
P=P状況(うまくいった状況)					

2. 社交不安群と状況の各変数との比較

社交不安の程度と状況(ネガティブ状況/ポジティブ状況)における各変数を比較するために、社交不安群(低社交不安群/高社交不安群)を参加者間要因、状況(ネガティブ状況/ポジティブ状況)を参加者内要因とした2要因の分散分析を行った。各群における変数の得点を状況別に Table 3-3-2 に示した。

視点 視点に関しては、2 要因分散分析を行った結果、主効果と交互作用がともにみられず、社交不安群・状況による視点の差異はみられなかった。

身体感覚 各身体感覚変数について2 要因分散分析を行った。顔の赤さにおいて、社交不安群の主効果($F(1,52)=5.73, p<.05$)および状況の主効果($F(1,52)=14.51, p<.001$)、汗の程度において状況の主効果($F(1,52)=24.29, p<.001$)、心臓の鼓動において状況の主効果($F(1,52)=8.73, p<.01$)、手足の震えにおいて状況の主効果($F(1,52)=12.79, p<.001$)および社交不安群の主効果に有意傾向($F(1,52)=3.93, p<.10$)、声の震えにおいて状況の主効果($F(1,52)=22.47, p<.001$)および社交不安群の主効果に有意傾向($F(1,52)=3.04, p<.10$)であった。各身体感覚変数で交互作用はみられなかった。

不安 社交不安群の主効果($F(1,52)=7.05, p<.05$)と状況の主効果($F(1,52)=63.02, p<.001$)がみられた。交互作用はみられなかった。

想起イメージの属性 鮮明さで社交不安群と状況の交互作用が有意傾向($F(1,51)=3.25, p<.10$)、再起性(思い出す頻度)で社交不安群と状況の交互作用が有意傾向($F(1,50)=8.78, p<.01$)、情動価に関しては状況の主効果($F(1,50)=72.90, p<.001$)がみられた。イメージの鮮明さと再起性で交互作用がみられたので、単純主効果の検定を行ったところ、イメ

Table 3-3-2 各状況・各社交不安群における各変数の平均値と標準偏差
および2要因分散分析

	状況	低社交不安(<i>n</i> =27)		高社交不安群(<i>n</i> =26)		社交不安群 主効果	状況 主効果	群×状況 交互作用
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
顔の赤さ	N	1.50	1.75	2.65	1.77	5.73 *	14.51 ***	1.02
	P	0.96	1.50	1.73	1.48	低社交不安<高社交不安	N状況>P状況	
汗	N	2.25	1.73	2.65	1.50	1.56	24.29 ***	0.03
	P	1.18	1.33	1.65	1.41		N状況>P状況	
心臓の鼓動	N	3.32	1.44	3.15	1.38	0.60	8.73 **	0.60
	P	2.46	1.79	2.65	1.65		N状況>P状況	
手足の震え	N	2.36	1.91	3.12	1.63	3.93 †	12.79 ***	0.02
	P	1.39	1.47	2.08	1.70	低社交不安<高社交不安	N状況>P状況	
声の震え	N	2.75	1.69	3.62	1.06	3.04 †	22.47 ***	1.18
	P	1.79	1.71	2.08	1.65	低社交不安<高社交不安	N状況>P状況	
視点	N	-0.14	2.07	-0.31	2.15	0.00	0.20	0.20
	P	-0.46	2.20	-0.31	2.31			
期間	N	467.57	711.35	586.75	908.03	0.00	0.00	0.97
	P	580.14	648.23	457.44	622.67			
不安	N	3.71	1.24	4.19	0.90	7.05 *	63.02 ***	1.79
	P	1.71	1.63	2.77	1.39	低社交不安<高社交不安	N状況>P状況	
鮮明さ	N	3.39	1.37	3.84	0.94	0.20	0.09	3.25 †
	P	3.79	0.92	3.56	1.23			有意差なし
再起性	N	1.07	0.92	2.16	1.34	8.72 **	0.09	3.25 †
	P	1.50	1.20	1.56	1.36			N状況: 低社交不安<高社交不安 (<i>p</i> <.01), 低社交不安: N状況<P状況 (<i>p</i> <.10), 高社交不安: N状況>P状況 (<i>p</i> <.05)
情動価	N	3.25	1.21	3.80	1.08	1.99	61.58 ***	0.93
	P	1.63	1.18	1.72	1.31		N状況>P状況	

N=N状況(うまくいかなかった状況)

P=P状況(うまくいった状況)

*** *p*<.001; ** *p*<.01; * *p*<.05; † *p*<.10

ージの鮮明さでは単純主効果はみられず、再起性ではネガティブ状況で低社交不安群($M=1.07$)より高社交不安群($M=2.16$)が高く、高社交不安群でポジティブ状況($M=1.56$)よりもネガティブ状況($M=2.16$)を思い出す頻度が高かった。また有意傾向ではあるが、低社交不安群でネガティブ状況($M=1.07$)よりもポジティブ状況($M=1.52$)のほうを思い出す頻度が高かった。再起性の平均値と有意差は、Fig. 3-3-1に示した。

以上、社交不安群×状況(ネガティブ状況/ポジティブ状況)での各従属変数の差異を検討した結果をまとめると、各身体感覚変数と不安において、ポジティブ状況よりもネガティブ状況のほうが高値であった。このことから、回答者は指示通り特定の状況を想起し、回答していたことが示唆された。情動価においても、状況の主効果があることから、それぞれネガティブな状況とポジティブな状況といった異なる状況を想起していた。身体感覚変数と不安において、社交不安群と状況の交互作用はみられなかった。このことから、高社交不安群の参加者は、ネガティブ状況のみで身体症状・不安感を強く感じるのではなく、全般的な傾向を持っていることが示唆された。

しかしながら、再起性(記憶を思い出す頻度)についての結果から、高社交不安群は、ポジティブ状況よりもネガティブ状況を頻繁に思い出しており、その頻度は低社交不安群よりも多かった。一方、低社交不安群は、ネガティブ状況よりもポジティブ状況を頻繁に思い出すことが示唆された。

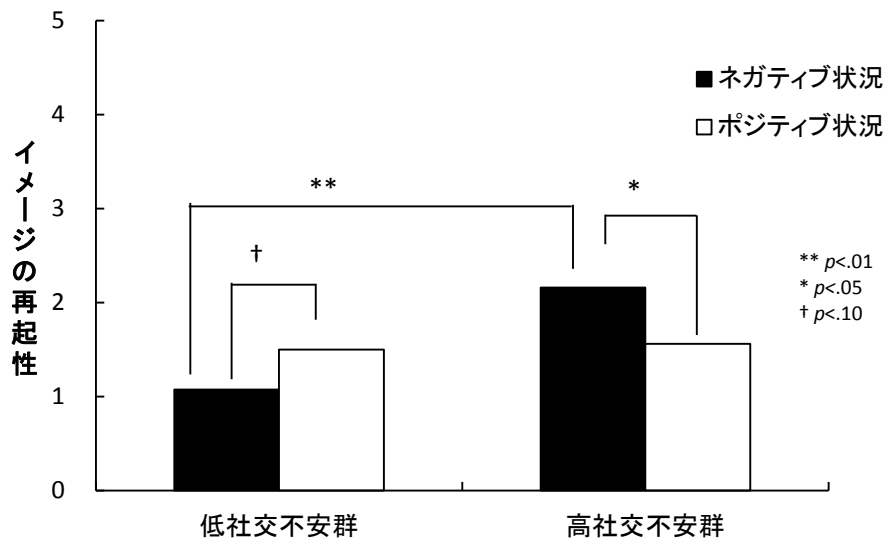


Fig.3-3-1 各社交不安群と各状況におけるイメージの再起性の平均値

考察

本研究の目的は、不安を感じた社会的状況とうまくいった社会的状況の記憶想起において、身体感覚や想起イメージの特徴を検討することであった。

分析の結果、ネガティブ状況とポジティブ状況の特徴が明らかになった。ネガティブ状況では、ポジティブ状況と比較して、各身体感覚(顔の赤さ、汗、手足の震え、心臓の鼓動、声の震え)を多く報告する傾向がみられた。また状況と社交不安群の分散分析の結果から、社交不安が高い人は、低い人と比較して、赤面、手足の震えや声の震えを気にしていた。一方、心臓の鼓動は他の身体感覚と同様に強く感じていたが、それは社交不安の程度とは関連がみられなかった。研究1・2においても、各身体感覚変数に社交不安群と視点の2要因の分散分析を行ったところ、心臓の鼓動以外で、社交不安の主効果がみられている。身体感覚の中でも社交不安群間に差がみられた身体症状(赤面、手足や声の震え)と、差がみられなかった身体症状(心臓の鼓動)が生じた理由として、「他者から気づかれうる身体症状であるか」が関連していると考えられる。汗や赤面といった身体症状は、他者から気づかれうる可視的・可聴的な症状であるのに対して、心臓の鼓動は他者から気づかれない不可視的・不可聴的な身体症状である。Clark & Wells(1995)によると、多くの社交不安傾向の高い人は震えや発汗が他者に気づかれることを恐れており、生理的反応を脅威的に解釈することによって社交不安の症状が維持される。ゆえに、社交不安傾向の高い人は、赤面や手足の震え、声の震えといった生理的反応が他者から気づかれることを恐れているため、生理的反応を他者から気づかれる程度を過大に評価する(McEwan & Devins, 1983)。本研究の結果も、社交不安傾向の高い人の恐れが反映されて、赤面や手足の震

えといった身体感覚が、社交不安傾向が低い人よりも過大に評価されたと考えられる。

また、状況と社交不安群の分散分析の結果、イメージの再起性について交互作用が見られ、社交不安傾向が高い人は、ネガティブ状況をポジティブ状況よりも何度も思い浮かべる傾向にあり、社交不安傾向が低い人は、ポジティブ状況をネガティブ状況よりも何度も思い浮かべる傾向があった。加えて、社交不安傾向が高い人は、社交不安傾向が低い人と比べ、有意にネガティブ状況を思い浮かべる頻度が高い傾向がみられた。先行研究によると、社交不安傾向が高い人は、不安を感じた社会的出来事後に、その出来事を反すうする(Post-event processing)といわれる(Fehm et al., 2007)。本研究でも、社交不安傾向が高い人は、不安を感じ、うまくいかなかった社会的状況(ネガティブ状況)を、出来事後に何度も思い出し、振り返っていることが確認された。

第4節 第3章のまとめ

第1節では、自伝的記憶想起の状況と時期について、その状況の分類と想起した時期と視点との関連を検討した。想起状況の種類について、ネガティブ状況とポジティブ状況で状況の種類に大きな差はみられず、発表場面と面接場面が大勢であった。視点と状況期間の間の相関が低かったことから、両者の間に関連はみられなかった。

第2節では、社会的状況の記憶想起における視点を検討し、想起時の身体感覚や想起イメージの特徴を、社交不安の程度と視点から検討した。その結果、社交不安傾向の高い人が観察者視点から想起する傾向はみられなかった。社交不安傾向の高い人が、観察者視点から不安だった社会的出来事を想起したときに、身体感覚やイメージの特徴に特異的な変化はみられなかった。一方、社交不安傾向の低い人は視点の効果がみられており、観察者視点からの想起は、手の震えの低さや不安の低さと関連していた。

第3節では、情動価が異なる社会的状況の記憶想起における身体感覚や想起イメージの特徴を検討した。社交不安傾向の高い人は、他者から評価される社会的状況において、赤面、手足が震える、声が震えるといった「他者から気づかれうる(可視的・可聴的な)身体症状」を高く報告していた。

観察者視点と現場視点の使用に有意な差はみられなかった。しかしながら、観察者視点には、社交不安群によって異なった機能をもっていた可能性が示された。

作動自己との関連から第3章の結果について検討を行うと、社会的状況に入ると、自己を社会的対象として処理する過程である作動自己が機

能し、自伝的記憶へのアクセスのしやすさが高まると考えられる。特にそのときの目標と合致したエピソード記憶へのアクセスが高まり、概念的自己が活性化されると考えられる。本研究では、社会的状況下(オンライン)での記憶想起ではなかったが、社交不安傾向の高い人が低い人と比較して社会的場面についての記憶想起をする際に活性化しやすい情報(赤面や手の震えといった身体感覚情報)があることが明らかになった。特に、他者から気づかれうる身体感覚が、比較的多く想起されやすい傾向がみられた。

第3章の問題点について言及すると、第一に、1つの状況につき、1つの出来事のみを回答してもらった点が挙げられる。Nigro & Neisser(1983)や Stopa & Bryant(2004)の研究では、複数回同じ状況(例えば、不安に感じた社会的状況を2つ)を想起していた。Stopa & Bryant(2004)の研究では、2回想起することで、1回目と2回目の視点に差異が生じており、タイプIIエラーの可能性に言及している。このように複数回想起することにより、エラーを少なくすることができると考えられる。今後の研究では、状況1つに対して複数個の出来事を聞くことで、より信頼できる結果を得ることが期待できる。第二に、身体感覚の指標を個別に1項目ずつしかとっていない点が挙げられる。従属変数が1項目ずつなので、数項目で構成される尺度よりも信頼性が低い可能性が考えられる。複数項目から構成される不安を関連した身体症状を測定する尺度を使用する必要があるだろう。

第4章

社会的状況における体験とその体験について想起される自伝的 記憶内容の検討 (研究 2-1, 研究 2-2, 研究 2-3)

- 第1節 社会的状況における参加者の自己評価の変化(研究 2-1)
- 第2節 自伝的記憶想起における記憶内容の検討(研究 2-2)
- 第3節 社会的状況における参加者の生理的変化と自伝的記憶
・自己評価との関連の検討(研究 2-3)
- 第4節 第4章のまとめ

第1節 社会的状況における参加者の自己評価の変化(研究2-1)

問題と目的

社交不安の自伝的記憶バイアスを検討している研究は少ない。その中でもいくつかの研究では、社交不安傾向の高い人は、自己関連情報を含む自伝的記憶を想起すること、観察者視点から社会的状況を想起・イメージする偏り(バイアス)があることが指摘されている(Morgan, 2010)。

第3章において、不安を感じた社会的状況の記憶と視点との関連を検討したところ、観察者視点から想起するバイアスはみられず、社交不安傾向の高い人は可視的・可聴的な身体感覚を多く報告する傾向がみられた。

第3章では、参加者によって想起した場面が異なっていた。具体的には、発表する際に不安を感じた状況の想起を求めたが、参加者が置かれた状況設定(発表の種類、発表の目的、観衆の数等)や、参加者の体験(感じた不安感、自己意識、身体症状の自己評価、生理的变化等)が参加者ごとに異なっており、純粋に自伝的想起による影響を検討できていない問題点が挙げられる。

そこで本節では、参加者に同じ設定の社会的状況を体験してもらい、後日その状況の自伝的記憶想起を求めた。本研究では、その中でも、参加者の不安や身体感覚、注意に関する自己評価の変化を測定し、社会的場面における参加者の体験を詳細に検討することを目的とした。

方法

実験計画

社交不安の程度(低社交不安群/高社交不安群)と、スピーチ予期の有無(2水準: 2回目スピーチ予期あり/予期なし)との2要因参加者間計画。

実験は2日間に渡って実施した。一日目はスピーチ課題，その2日後の二日目は記憶想起課題であった。

実験参加者

大学生22名(男性12名，女性10名)が実験に参加した。参加者の平均年齢は19.91歳($SD=1.31$)であった。事後に，参加者はSPS得点を基準として，低社交不安群と高社交不安群に分割された。SPSの平均得点(20.55点)を基準として，平均得点以下を低社交不安群，平均得点以上を高社交不安群とした。両群のSPS得点に有意差が確認された($t(19)=6.42$, $p<.001$)。BDI得点が高く(BDI=27)，抑うつ傾向が高い参加者1名を分析から除外した。本研究で分析対象としたのは，低社交不安群12名(男性4名，女性8名)，高社交不安群9名(男性7名，女性2名)であった。

スピーチ課題

参加者は3分間スピーチを行った。スピーチを行う内容は事前に設定されており，参加者の名前，名前の漢字説明，長所・短所，大学に入学した理由，大学生活で力を入れていることについてスピーチを行ってもらった。

スピーチ前に，以下のような教示を行った。

「それではこれから3分間のスピーチを行ってまいります。スピーチは，女性(男性)の評価者に向かって，簡単な自己紹介と意見を話してまいります。最初に自己紹介を，こちらの紙を埋めるように話してもらって，話し終わったら，自分の意見を話すようにしてください。評価者には，スピーチの内容やスピーチ中の様子をチェックして，評価してもらうので，相手にうまくスピーチできるように頑張ってください

い。これから3分間、準備する時間をとりますが、何かご質問などありますか？」

教示後に、白衣姿の異性の評価者が入室し、3分間スピーチを行った。

実験協力者(評定者)とスピーチ中の行動

スピーチ時の聞き手役として大学生3名(男性1名、女性2名)に実験に協力してもらった。スピーチ開始時に実験室に入室したあと、参加者の前に着席し、参加者のスピーチを聞いた。なお、異性との相互作用があったほうが不安を生じやすいと指摘されていることから(五十嵐・嶋田, 2008), 実験協力者は必ず参加者と異なる性別になるように割り当てられた。

また実験協力者は、聞き手として参加者の前に座り、スピーチ中にあいまいな行動を遂行した。五十嵐・嶋田(2008)では、スピーチ課題において聞き手が行うあいまいな行動で、“気づいた程度”と“自然さ”が高く、“感情価”が生じた6項目を採用・実施している。本研究でも、五十嵐・嶋田(2008)にならい、6個の行動から「脚をくむ」「首をかしげる」「頭をかく」「せきばらいをする」の4個の行動を実験協力者に行ってもらった。実験協力者は、スピーチ課題時間中、偏りが無いように一定時間(40秒)ごとに1つの行動を行い、実験者の合図で行動をとった。

スピーチ予期の実験操作

二日目の質問紙に回答する前に、スピーチ予期を操作する教示を行った。教示は、参加者に2回目のスピーチ課題の存在を提示することであった。具体的には、「質問紙を回答してもらった後に、前回と同様にスピーチを行ってもらいます。」と教示し、質問紙に回答してもらった。教示

によって、スピーチへの不安(予期不安)を増加させるために計画された。

測定変数

Social Phobia Scale 日本語版(金井・笹川・陳・鈴木・嶋田・坂野, 2004) Mattick & Clarke(1998)が作成した「他者から観察される社会的状況, 主として人前でのパフォーマンス状況に対する恐怖」を測定する尺度(Social Phobia Scale, 以下 SPS)で, 20 項目・5 件法で構成されている。本研究では, 社交不安の程度を測定するために使用した。金井他(2004)により, 日本語版が標準化された。項目は, “人が自分の行動を奇妙だと思わないのではないかと心配する”, “人が自分を見ていることがわかると, ぎこちなくなったり緊張したりする” などから構成され, 各項目に対して, 0(まったくあてはまらない)から 4(非常にあてはまる)の選択肢の 1 つに回答した。金井他(2004)によると, 一因子構造で, 「他者からみられることに対する不安」が因子としてあげられる。先行研究では, 信頼性係数は $\alpha = .91$ であり, 本研究でも $\alpha = .90$ で十分な値であった。

ベック抑うつ尺度(林・瀧本, 1991) Beck Depression Inventory(以下, BDI)は, 抑うつ状態を測定するために, Beck, Rush, Shaw, & Emery (1979)によって作成された尺度で, 21 項目 4 件法からなる。本尺度はその日本語版である。本実験では, 高い抑うつを示す参加者をスクリーニングするために用いた。本研究では, $\alpha = .79$ となり, 十分な値であった。

Situational Self-Awareness Scale(SSAS; Govern & Marsh, 2001) Govern & Marsh(2001)により作成された意識(注意)の方向性を測定する状態尺度である。筆者が日本語訳をし, 使用した。全 9 項目から構成され, 下位尺度は “私は今, 自分の気持ち分かっている” といった私的自己意識項目(3 項目), “私は今, 自分の振る舞い方が気になっている”

といった公的自己意識項目(3項目), “私は今, 自分のまわりの状況がよく分かっている”といった周囲への意識項目(3項目)から構成されている。それぞれの項目に対して, 1(まったくそうは思わない)から 7(非常にそう思う)の 7 件法で回答を求めた。教示文は, 「今この瞬間のあなたの気持ちに基づいて, 各項目に回答してください。普段感じていることではなく, 今この瞬間の気持ちです。当てはまる数字に○を付けてください。また正誤はありませんので正直に答えてください。」であった。先行研究では, 公的自己意識 $\alpha = .82$, 私的自己意識 $\alpha = .70$, 周囲への意識 $\alpha = .72$ であり, 十分な信頼性が確認されている。本研究では, 実験開始時(pre)とスピーチ課題時(post)において測定を行った。

Body Sensations Questionnaire (BSQ; Chambless, Caputo, Bright, & Gallagher, 1984) 本尺度は, 不安に関連する身体症状を測定する尺度である。原版は 17 項目から構成されており, 恐怖状況で起こりやすい自律神経の覚醒に伴う症状が記載されている。具体的には, “心臓の動悸”, “手足のしびれ”, “めまい”といった身体症状があり, 5 件法で回答を求めた。またスピーチ場面に特化した身体症状を測定するために, 筋肉の緊張, 顔を熱く感じる, 手の震えの 3 項目を尺度に追加した。本研究における BSQ は, 20 項目であった。教示文は, 『あなたがスピーチの間に感じた身体感覚について以下の項目に「1 まったくない」から「5 非常にある」のうちひとつに○印をつけてください』と提示した。本研究では, 一日目のスピーチ課題後(1回目)と, 二日目の自由再生後(2回目)に回答を求めた。

行動の自己評価(Behavior Questionnaire, 以下 BQ) Stopa & Clark (1993)と Mansell & Clark(1999)が使用した Behavior Checklist からスピーチ場面に適した 18 項目を選定した。他者から見たスピーチ中の自

分の振る舞いや様子を評価する尺度で、肯定的行動(positive behavior)9項目、否定的行動(negative behavior)9項目であった。否定的行動は、全体的な否定的行動を示す全体否定的行動(global negative behavior)3項目と、社交不安と関連した否定的行動である不安関連行動(anxiety-related behavior)6項目から構成される(Mansell & Clark, 1999)。Hirsch et al(2003)にならい、BQ 全体得点、肯定的行動得点、全体否定的行動得点、不安関連行動得点を算出した。BQ 全体得点は、肯定的行動各項目を逆転した上での18項目の合計得点であり、得点が高いほどよいパフォーマンスを示す。肯定的行動得点は肯定的行動(自信たっぷりな、好まれる、リラックスした、熱心な、有能な、自信に満ちた、魅力的な、自己主張の強い、流暢な)の合計点、全体否定的行動得点は全体否定的行動(ごこちない、困惑した、落ち着かない)の合計点、不安関連行動得点は不安関連行動(手がぶるぶる震えた、声が震えた、汗が出た、赤面した、息が荒い)の合計点であった。BSQと同様に、一日目のスピーチ課題後(1回目)と、二日目の自由再生後(2回目)に回答を求めた。

不安(気分) Visual Analog Scale を用いて、実験開始後(pre)、スピーチ課題後(post)に、気分の測定を繰り返し行った。気分尺度は、怒り、喜び、不安、落ち込みの4項目によって構成された。本研究では不安のみを分析対象とした。各項目は、0(まったくない状態)から100(想像できる最も高い状態)までの100mmの直線上に、今の気分に当てはまる場所(スピーチ課題後は“スピーチ中の気分に当てはまる場所”)に縦線を引くことにより測定した。0からの距離(mm)を得点化した。

スピーチの出来 参加者はスピーチ課題後に、スピーチの出来について

て自己評価を行った。“今回のスピーチはどの程度できましたか”という質問項目に対して, 0(できなかった)から 5(できた)の 6 件法で回答した。

生理指標測定

研究 2-3 で分析を行い, 研究 2-1 では分析に用いなかった。

実験手続き (Fig. 4-1-1)

実験の参加者募集用紙を配布して, 応募を募った。募集用紙には, 実験目的, 実験の内容, 2 日間(各 40 分)にわたる実験であることを告知した。参加者入室後, 実験者から実験の説明, 倫理面への配慮, 個人情報保護, 同意取得についての説明を行い, 参加する場合は同意書に記入してもらった。

実験は一日目とその 2 日後の二日目の 2 日間に渡って実施した。実験説明・同意取得は一日目に行った。

一日目 同意取得後, 気分(pre), SPS, SSAS(pre), BDI への回答を求めた。回答後に別室へ移動し, 生理指標を測定するセンサーを着用した。具体的には, 皮膚コンダクタンス水準と指尖脈波を測定するセンサーを右手に装着した。装着後, 閉眼・深呼吸を行い, 気持ちを落ち着かせるよう促した。その後, 3 分間のベースラインを測定した。スピーチ教示をし, 準備時間を 3 分間与えた後, 初対面の白衣を着た異性の評価者に向かってスピーチを行ってもらった。スピーチ教示では評価者がスピーチの内容とスピーチ中の様子を評価すると教示した。スピーチ中, 評価者は 40 秒ごとに決められた行動(頭をかく, 足を組む, 咳払い, 首をかしげる)を行った。スピーチ終了から 1 分間測定を続け, センサーを取り

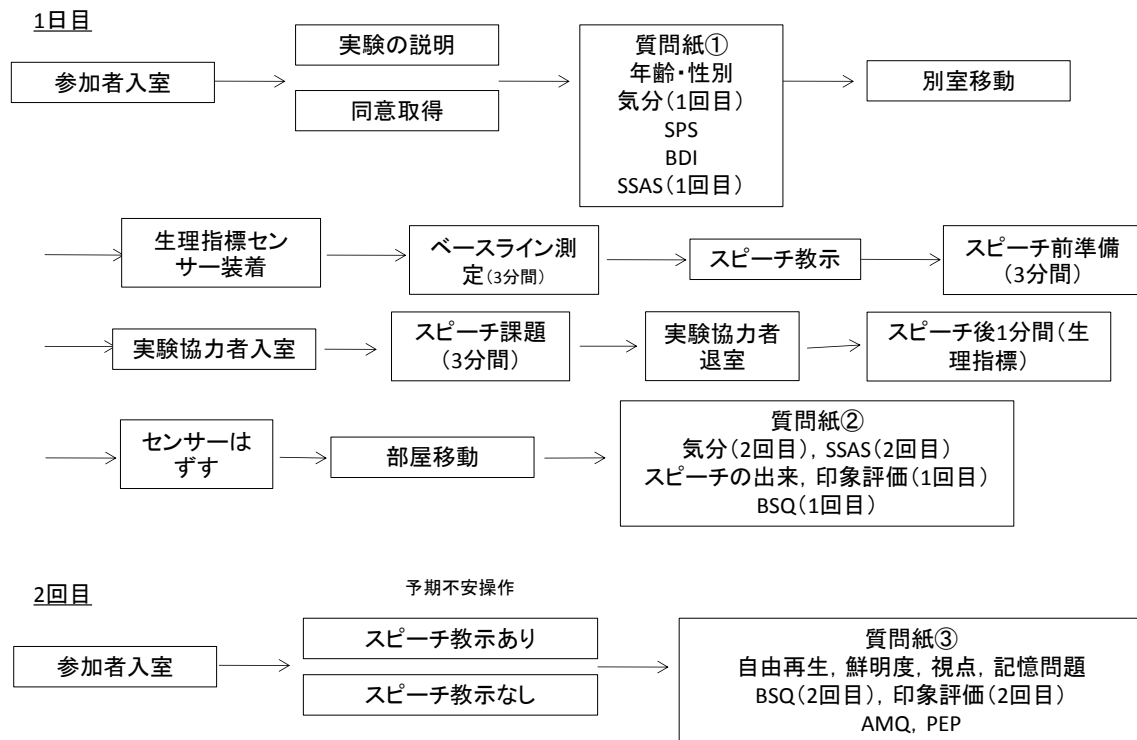


Fig.4-1-1 実験の手続きのフローチャート

外した。元の部屋で気分, SSAS(post), スピーチの出来, 行動評価(1回目), BSQ(1回目)への回答を求めた。

二日目 二日目の実験は一日目の実験の2日後に行われた。前回と同様にスピーチを行うと教示する予期あり条件と, 質問項目の回答のみであると教示する予期なし条件を設定した。STAI-state への回答後, 目を閉じて前回に行ったスピーチを想起するよう促した。想起したことを記述してもらい, 続けて想起したイメージの視点と鮮明度, スピーチ時の行動評価(2回目)と BSQ(2回目), 記憶問題, PEPQ, AMQ への回答を求めた。質問紙回答後, ディブリーフィングを行い, 謝礼を渡し, 実験を終了した。

実験室の設定 (Fig. 4-1-2)

部屋を2部屋使用して, 実験を実施した。参加者は実験室Aに入室をし, 実験説明, 質問紙回答を行った。その後の実験室Aと扉で隔てた実験室Bに移動して, スピーチ課題を行った。実験室Bでは, イス, 机参加者の2m先に評定者(実験協力者)が着席した。参加者の右手側には, 生理指標測定 of 機器を配置した。記憶問題のために, 意図的に物品や壁紙を部屋に配置し, 二日目の際に記憶問題でその記憶の有無を質問した。二日目の実験では, 実験室Aで質問紙に回答してもらい, 実験室Bの様子はみられないようにした。

実験時期

2010年2月から5月にかけて実施した。

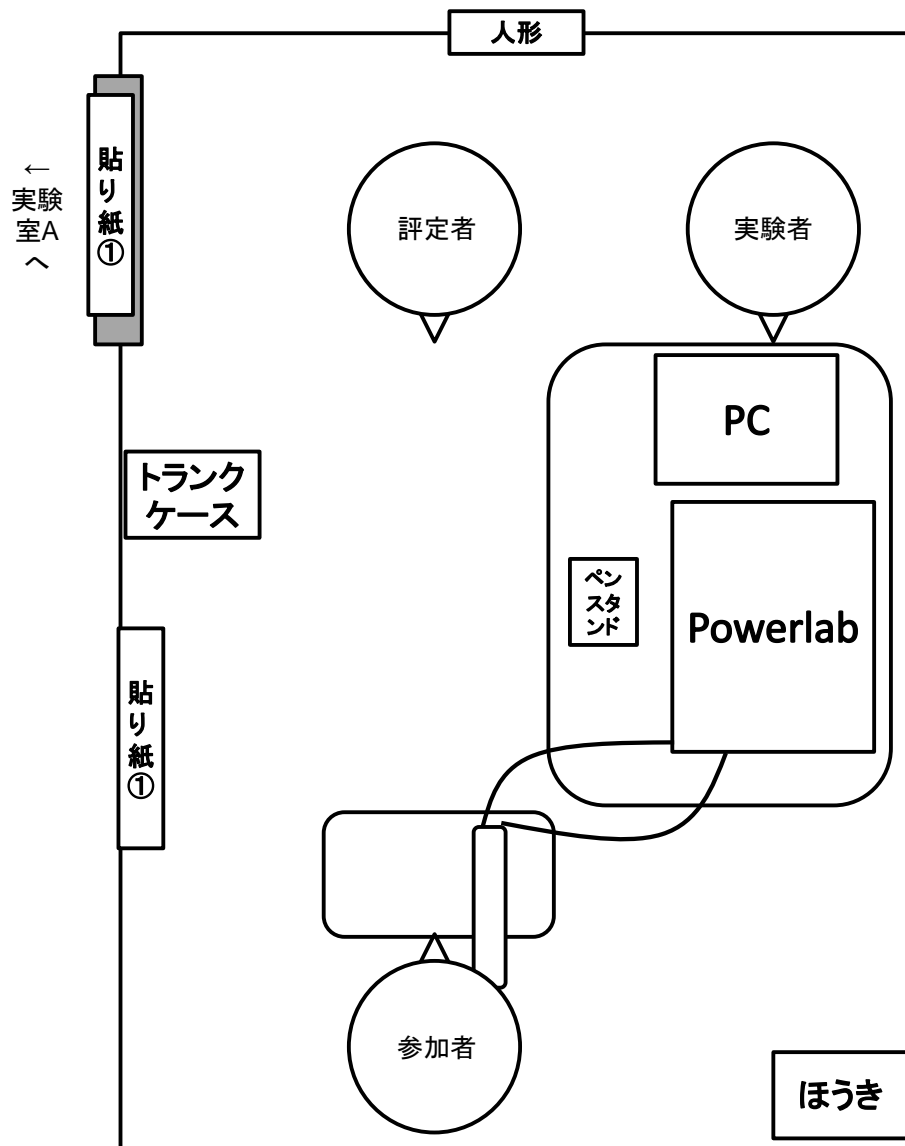


Fig. 4-1-2 実験室 B の配置と着席位置

結果

1. 基礎変数

社交不安群の特徴を検討するために、年齢、SPS、BDIの基礎変数の平均値と標準偏差を算出し、Table 4-1-1に示した。

2. 状態自己意識・周囲への意識(SSAS)と不安(気分)

スピーチ場面での自己意識の変化を検討するために、公的自己意識、私的自己意識、周囲への意識を、スピーチ前(pre)とスピーチ後(post)に測定を行った(Table 4-1-2)。各変数について、社交不安群と測定期(pre-post)を要因とした2要因分散分析を行った。公的自己意識においては、社交不安群の主効果、測定期の主効果が有意であった(社交不安群： $F(1,19)=8.74$, $p<.01$ ；測定期 $F(1,19)=41.79$, $p<.001$)。高社交不安群は、低社交不安群よりも公的自己意識得点が高く、両群の参加者ともスピーチ前(pre)よりもスピーチ後(post)の得点が高かった。交互作用はみられなかった。私的自己意識については、主効果および交互作用はみられなかった。周囲への意識については、社交不安群の主効果が有意傾向であった($F(1,19)=3.26$, $p<.10$)。高社交不安群は、低社交不安群と比較して、全体的に周囲への意識が高い傾向であった。SSASの結果をまとめると、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者に比べて、他者から見えている自分への関心が強く、周囲にも意識を向ける傾向にあった。どちらの群でもスピーチ課題を行うと公的自己意識の増加がみられた。

不安得点について、社交不安群と測定期を要因とした2要因分散分析を行った。その結果、社交不安群の主効果が有意傾向であった($F(1,19)=3.95$, $p<.10$)。その他の主効果・交互作用はみられなかった。

Table 4-1-1 各群における基礎変数の平均値と標準偏差

	全体 (N=22)		低社交不安群 (n=12)		高社交不安群 (n=9)		t値
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
年齢	19.91	1.31	19.75	1.22	19.89	1.36	0.25
SPS	20.55	8.81	14.17	4.11	26.78	4.89	6.42 ***
BDI	9.27	6.14	8.08	5.57	8.89	3.86	0.37

*** $p < .001$

Table4-1-2 全体および社交不安群における SSAS(自己意識)変数・気分の平均値と標準偏差

		全体 (N=22)		低社交不安群(n=12)		高社交不安群 (n=9)		多重比較の結果
		M	SD	M	SD	M	SD	
SSAS(自己意識)								
公的自己意識	(pre)	12.32	4.79	10.17	4.06	14.22	4.15	測定期: pre<post ($p<.001$)
	(post)	16.41	3.25	14.92	3.00	18.78	2.05	群: 低群<高群 ($p<.01$)
私的自己意識	(pre)	12.23	2.81	12.67	2.64	12.22	2.73	
	(post)	11.68	3.60	12.17	3.10	12.00	3.32	
周囲への意識	(pre)	11.77	2.00	10.83	1.95	12.78	1.48	群: 低群<高群 ($p=.09$)
	(post)	11.86	2.78	11.50	2.97	12.33	2.78	
気分								
不安	(pre)	35.33	25.86	28.17	24.98	39.26	21.96	群: 低群<高群 ($p=.06$)
	(post)	35.82	31.12	26.83	27.28	51.78	30.85	

高社交不安群は、低社交不安群と比較して、全体的に不安を強く感じる傾向にあった。

3. スピーチ場面における行動・身体感覚・スピーチの出来の自己評価

スピーチ場面における参加者の行動の自己評価(BQ)、身体感覚の自己評価(BSQ)およびスピーチの出来の自己評価を測定した。スピーチ時(1回目)の肯定的行動、全体否定的行動、不安関連行動、BQ全体、BSQ、スピーチの出来の各得点について、平均値と標準偏差をTable 4-1-3に示した。各群に差異がみられるかを検討するために、対応のない t 検定を行ったところ、BSQで有意傾向の差がみられた($t(19)=2.03$, $p<.10$)。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、不安関連の身体症状を高く評価する傾向($p=.056$)であった。その他の各変数で有意な差異はみられなかった。

Table 4-1-3 スピーチ時(1回目)における各群の行動の自己評価(BQ)と
身体感覚の自己評価(BSQ)とスピーチの出来の平均値と標準偏差

	全体(N=22)		低社交不安群(n=12)		高社交不安群(n=9)		t値
	M	SD	M	SD	M	SD	
肯定的行動	21.36	6.69	21.75	7.30	20.67	6.56	0.35
全体否定的行動	14.32	3.71	14.25	3.19	14.00	4.50	0.15
不安関連行動	24.05	8.08	23.92	7.62	24.89	9.28	-0.26
BQ全体	89.19	13.65	88.42	11.53	90.22	16.76	-0.29
BSQ	30.82	8.58	28.25	7.11	35.33	8.87	-2.03 [†]
スピーチの出来	2.50	1.01	2.75	0.97	2.22	1.09	1.17

[†] $p < .10$

考察

本研究の目的は、スピーチ時の参加者の体験について、各変数(自己評価)を用いて詳細に検討することであった。

結果をまとめると、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者に比べて、他者から見えている自分への関心が強く、周囲にも意識を向ける傾向にあり、全体として強い不安を感じていた。どちらの群でもスピーチ課題を行うと公的自己意識の増加がみられた。また、不安に関連した身体症状についても、社交不安の程度によって差異がみられ、高社交不安群の参加者は、身体症状を多く報告する傾向がみられた。

高社交不安群の参加者は強い公的自己意識や強い不安、身体症状を感じていた一方で、行動の自己評価においては、顕著な特徴はみられなかった。高社交不安群の参加者は、他者から見て不安関連行動が目立つと感じる傾向があると予測していたが、本研究ではその特徴はみられなかった。

第2節 自伝的記憶想起における記憶内容の検討

(研究 2-2)

問題と目的

研究 2-1 では、社会的状況での参加者の体験について、自己評価尺度を用いて検討を行った。その結果、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者と比較して、公的自己意識・不安感情が強く、周囲にも意識を向ける傾向があった。スピーチ中の自分の様子についての自己評価や不安症状の自己評価では、社交不安群による差異はみられなかった。

先行研究(Anderson et al., 2008; D'Argembeau et al., 2006; McNally, et al., 2001)によると、過去に不安を感じた社会的状況を想起する際に、自己関連情報を多く想起する傾向と他者や周囲に関する情報の想起が少ない傾向が示されている。しかしながら、想起の対象となる社会的状況をあらかじめ統制した上で、記憶想起を求めた研究は少ない。

そこで本研究は、低社交不安群・高社交不安群の参加者が自伝的記憶想起の際に、想起内容にバイアスがみられるかを検討することを目的とする。高社交不安群の参加者と低社交不安群の参加者に同じスピーチ課題を課し、2日後のスピーチ課題の記憶想起(自伝的記憶想起)を求めた。記憶想起内容の検討は、スピーチ課題の内容を自由再生してもらい、その自由記述内容を分類・比較した。同時に、スピーチ時の身体感覚(BSQ)と他者から見える自己の様子(行動の自己評価)を、スピーチ時(1回目)に加えて、2日後の記憶再生時(2回目)にも測定を行い、比較検討を行った。

また、想起感覚にも着目し、検討を行う。想起感覚とは、「記憶想起時に、参加者が感じる感覚」のことで、再体験やタイムスリップした感

覚などがある(Rubin et al., 2003)。補足的にはあるが、第1章で示したよう社交不安傾向の高い人は社会的な出来事が終わった後にくよくよ出来事のことを思い返す傾向(Post-event processing: 以下 PEP)があるという。本研究の実験デザインは、一日目と二日目の間に2日間のスパンをあけたため、PEPを行う時間があると考えられる。自伝的記憶は、何度も思い返すことで再構成されうる記憶であるため、反すうすることで記憶変容の可能性も考えられる。

方法

実験計画

研究2-1と同様であった。

実験参加者

研究2-1と同様であった。大学生22名(男性12名, 女性10名)が実験に参加した。低社交不安群12名, 高社交不安群9名を分析対象とした。

スピーチ課題

研究2-1と同様であった。

実験協力者(評定者)とスピーチ中の行動

研究2-1と同様であった。

生理指標測定

研究2-3で分析を行い、研究2-2では分析に用いなかった。

スピーチ予期の実験操作

研究 2-1 と同様であった。

測定変数

研究 2-1 で説明した Social Phobia Scale 日本語版 (SPS), ベック抑うつ尺度 (BDI), Situational Self-Awareness Scale (SASS), Body Sensations Questionnaire (BSQ), 不安 (気分), 行動の自己評価 (BQ) に加えて, 以下の変数を測定した。

スピーチ体験の自由再生 スピーチ時の記憶の想起様式を検討するために, スピーチ課題の 2 日後にスピーチ時の記憶を自由再生してもらった。「これから前回実験で行ったスピーチでの出来事について回答してもらいます。以下の質問を回答する前に, 3 分間目を閉じて, そのときの状況を頭に鮮明に思い浮かべてください。」と教示文を示した上で, 質問文を提示した。質問文には, 「前回のスピーチ場面について思い出して, 書き出してください。最低 5 個以上で, できるだけ多くお願いします。自分の考えや感情・行動, 相手の様子, 周りの様子など, どんな些細なことでもかまいません。」と記載してあった。その後, 下線が引いてある空欄があり, 記入をしてもらった。

記憶想起の鮮明度 自由再生を記入してもらった後に, 想起時の鮮明さを回答してもらった。「思い浮かべた実験でのスピーチはどのくらい鮮明ですか」の質問文に対して, 0 (まったく鮮明でない) から 5 (とても鮮明である) の 6 件法で回答してもらった。

想起時の視点 鮮明度と同様に, 自由再生後に想起時の視点の回答を求めた。「どのような見方から実験でのスピーチを思い浮かべましたか」に対して, -3 (自分の目でみるように) から +3 (自分の外側から観察して

いるように)までの7件法で回答を求めた。

記憶問題 スピーチ場面での記憶力の程度を測定するために、独自に質問項目を作成した。質問項目は、3種類から構成されており、①参加者の行為、②評定者(実験協力者)の服装や振る舞い、③部屋の物品や配置であった。「前回のスピーチを思い出しながら、以下の各質問に答えて、空欄を埋めてください。どうしても思い出せない場合は、空欄または選択肢の横に「わからない」とご記入ください。」という教示文の後に、各項目に回答してもらった。正誤(はい・いいえ)または空欄が回答欄に示され、記入してもらった。全部で18項目であった。質問項目の内訳は、①参加者関連問題2項目「スピーチで、自分の名前の書き方を話した直後にどんなことを話しましたか?(空欄記入)」、②評定者関連問題7項目(「スピーチを聞いている相手は、脚を組んだことはありましたか?(正誤記入)」)、③周囲の記憶9項目(「スピーチを行った部屋ののぞき窓には何が置いてありましたか?(空欄記入)」)であった。

Autobiographical Memory Questionnaire(AMQ; Rubin et al. 2003)

Rubin et al.(2003)が作成した自伝的記憶想起時の想起感覚を測定する尺度である。本研究では、社交不安の程度によって同じ出来事の想起感覚に差異があるかを検討するために使用した。多面的な想起感覚を扱っており、視覚イメージや聴覚イメージといった記憶想起の感覚要素(“実験でのスピーチを思い出すにつれて、その出来事が目に浮んでくる”等)、再体験やタイムスリップした感覚といった想起感覚(“実験でのスピーチを思い出すにつれて、元の出来事を再体験しているように感じる”等)から構成されている。全12項目であり、7件法であった。

Post-Event Processing Questionnaire (PEPQ; Rachman et al., 2000)

Rachman et al.(2000)が作成したスピーチ後の反すうを測定する尺度で

ある。12項目から構成され、0(まったくない状態)から100(想像できるもっとも高い状態)の Visual Analog Scale で回答を求めた。各項目について、両端に0と100を配置した100mm線分にチェックを入れてもらい、0からの距離(mm)を得点とした。項目例として、“再び思い出したくもないのに、実験でのスピーチについての記憶や気持ちが頭に浮かぶことがありましたか”、“スピーチが終わった後に、自分は実験でのスピーチのことを考えすぎていると思いましたか”、“実験でのスピーチのことについて忘れるのは難しいと思いましたか”等が挙げられる。

State-Trait Anxiety Inventory (日本版 STAI; 清水・今栄, 1981)

STAIは、状態不安と特性不安を測定するために Spielberger et al.(1970)によって作成された尺度で、40項目4件法からなる。本尺度はその日本語版である。本研究では、予期不安操作の確認のために、状態不安20項目を使用した。

実験手続き

研究2-1と同様であった。

実験室の設定

研究2-1と同様であった。

実験時期

研究2-1と同様であった。

結果

1. 状態不安の程度(予期操作チェック)

二日目のスピーチ教示により実験参加者が予期不安を感じていたかどうかを検討するために、スピーチ教示後に測定した状態不安得点を従属変数とした社交不安群×予期条件の分散分析を行った。その結果、社交不安群、予期条件の主効果、そして交互作用はいずれも有意ではなかった。低社交不安群の状態不安得点($M=43.25$)と、高社交不安群の状態不安得点($M=48.22$)には、有意な得点差はみられなかった。このことから予期条件は効果がみられなかったことが考えられるので、予期不安条件ごとの分析は行わずに、社交不安群ごとの分析を実施した。

2. 自伝的記憶想起変数

自由再生 二日目の実験時に、スピーチ場面の体験を自由に想起してもらい、記述してもらった。

カテゴリ分け 記述内容の偏りを検討するために、自由記述の各項目を、内容によって4つのカテゴリに分けた。Mellings & Alden(2000)にならない、①自己感情関連記述、②自己行動関連記述、③他者観察記述、④周囲観察記述の4つのカテゴリを設定した。各カテゴリについて説明を行うと、自己感情関連カテゴリは、参加者自身の感情や思考について記述されている項目、自己行動関連カテゴリは、参加者自身の振る舞いや発言に言及されている項目、他者観察カテゴリは、評定者(実験協力者)について言及されている項目、周囲観察カテゴリは、実験状況や設定、周囲の物品について言及されている項目とした。内容のカテゴリ分けに追加して、各項目の情動価(ネガティブ、ポジティブ、ニュートラル)もコーディングした。不快感情を含むものをネガティブ、快感情を含むものをポジティブ、中性の感情または感情を含まないものをニュートラルとした。内容のカテゴリわけの具体例を、Table 4-2-1に示した。

Table 4-2-1 自由再生における記述項目のカテゴリ分けと具体例

	カテゴリ	ネガティブ	ポジティブ	ニュートラル
自己関連 項目	自己感情	最後の方で話すことがなくなり、焦った	相手の人と目があったとき少し安心した	指につけた機械が気になっていた
		つまらない話だったかなと心配した	さわやかな気分で話し始めた	筑波大学に入った理由・・・何となく。
		手の汗がすごく気になった	そこまで緊張はしなかった	
	自己行動	緊張すると声が小さくなった	笑顔が心がけていた	いくつかの身振りを加えてスピーチした
		自分の視線をどこにやってよいのか迷った	少しにやついた	自分は左手を動かす部分が多々あった
		口の中が若干乾燥していた	わりとおちついて話せた	
他者周囲 関連	他者観察	観察する人は無表情だった 相手の表情はずっと無表情で、何を考えているのかほとんど分からなかった	なし	白衣に茶色のブーツの女性 相手は何度か足を組み替えていた
	周囲観察	妙な圧力を感じた	この状況面白いなーと、一瞬思った	自分の対面に人形があった
		時間が長く感じた		PCのキーボードをたたく音が3回ほど聞こえた

* 各セルには、具体例を挙げた

カテゴリ分けは、Mellings & Alden(2000)の分類基準を事前に学習した心理学系大学生 3 名で行い、回答者の属性(SPS 得点、参加者番号、その他の回答)を隠した状態で記述の文章のみで分類した。分類内容は、臨床心理学を専門とする大学院生 1 名がチェックを行い、分類の妥当性を確認した。

記述項目数 (Table 4-2-2) 全参加者の平均記述項目数は、6.50($SD=1.44$)であった。記述項目数の最小値は 5, 最大値 11 であり、5 項目以上の回答が得られたことが確認された。社交不安群によって記述項目数に差異があるかを検討するために、 t 検定を行った。その結果、両群間に有意な差はみられなかった($t(19)=1.31$, ns)。

各カテゴリ項目数 全体および各群における各カテゴリに当てはまる記述項目数を集計し、平均値と標準偏差を Table 4-2-2 に示した。また、先行研究(Mellings & Alden, 2000)において、自己感情項目に自己行動項目を合算して自己関連項目、他者観察項目に周囲観察項目を合算して他者周囲関連項目としているため、本研究においても、自己関連項目数と他者周囲関連項目数を算出した。

社交不安群によって、カテゴリの項目数が異なるかを検討するために、各カテゴリ項目数を従属変数とした t 検定を行った。その結果、ネガティブな自己関連項目数において、 t 値が有意であった($t(19)=2.15$, $p<.05$)。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者と比較して、不快な感情を伴う自己関連記憶を多く想起しやすかった。

以上の結果から、全体想起項目数には社交不安の程度による偏りはみられなかったが、高社交不安群の参加者は、不快な感情を伴う自己関連情報を比較的多く想起しやすいことが示された。

Table 4-2-2 各カテゴリにおける項目数の平均値と標準偏差

	全体 (N=22)		低社交不安群 (n=12)		高社交不安群 (n=9)		t値
	M	SD	M	SD	M	SD	
全記述項目数	6.50	1.44	6.17	1.03	7.00	1.87	1.31
ネガティブ							
自己関連項目数	3.14	1.25	2.67	1.07	3.78	1.30	2.15 *
他者周囲関連項目数	0.73	0.77	1.00	0.85	0.44	0.53	1.72
ポジティブ							
自己関連項目数	0.41	0.80	0.25	0.62	0.67	1.00	1.18
他者周囲関連項目数	0.05	0.21	0.00	0.00	0.11	0.33	1.17
ニュートラル							
自己関連項目数	0.50	0.74	0.58	0.67	0.22	0.67	1.23
他者周囲関連項目数	1.68	2.10	1.67	1.61	1.78	2.82	0.11

* $p < .05$

3. 記憶再生問題

自己関連(2項目)、相手関連(7項目)、周り関連(9項目)と設定された記憶問題(正誤問題)得点の正答数を算出し、Table 4-2-3に示した。正解を1点、誤答や空欄を0点として採点を実施した。自己関連の記憶再生問題の得点幅は、0から2点、相手関連の記憶再生問題の得点幅は、0から7点、周り関連の記憶再生問題の得点幅は0から9点であった。 t 検定を行った結果、有意な差はみられなかった。このことから、スピーチ時の相手や周囲に関する記憶には、社交不安群による差異はみられなかった。

4. スピーチ時(1回目)と記憶想起時(2回目)における行動と身体感覚の

自己評価の検討

行動の自己評価(BQ)

行動の自己評価(肯定的行動、全体否定的行動、不安関連行動、BQ全体)について、平均値と標準偏差を算出し、Table 4-2-4に示した。社交不安群と測定期を要因とした2要因分散分析を行ったところ、BQ全体において、交互作用が有意であった($F(1,19)=4.61, p<.05$)。高社交不安群の参加者は、1回目よりも2回目でBQ全体得点が低く、他者からみた自分の様子を否定的に評価しなくなる傾向がみられた。肯定的行動、全体否定的行動、不安関連行動においては主効果および交互作用はみられなかった。

身体感覚(BSQ)

スピーチ時(1回目)に報告された身体感覚の程度と、2日後想起時(2回目)に再評価したスピーチ時の身体感覚の程度に関連がみられるかを検討するために、社交不安群と測定期を要因とした2要因分散分析を行

Table 4-2-3 各記憶問題の得点の平均値と標準偏差

	全体 (N=22)		低社交不安群(n=12)		高社交不安群 (n=9)		t値
	M	SD	M	SD	M	SD	
記憶問題正答数							
自己関連記憶	1.32	0.57	1.25	0.62	1.44	0.53	0.76
相手関連記憶	3.41	1.22	3.58	1.24	3.22	1.30	0.65
周り関連記憶	1.77	1.15	1.92	1.51	1.56	0.53	0.69

Table 4-2-4 各群における各測定期の行動と身体感覚の自己評価の平均値と標準偏差

		全体 (N=22)		低社交不安群(n=12)		高社交不安群(n=9)		多重比較
		M	SD	M	SD	M	SD	
肯定的行動	1回目	21.36	6.69	21.75	7.30	20.67	6.56	
	2回目	21.09	8.27	19.83	8.68	23.67	7.62	
全体否定的行動	1回目	14.32	3.71	14.25	3.19	14.00	4.50	
	2回目	13.18	3.57	13.33	3.50	13.11	4.04	
不安関連行動	1回目	24.05	8.08	23.92	7.62	24.89	9.28	
	2回目	23.27	9.20	23.92	9.48	23.11	9.65	
BQ全体	1回目	89.19	13.65	88.42	11.53	90.22	16.76	高群: 1回目>2回目 ($p<.05$)
	2回目	87.33	15.89	89.42	13.96	84.56	18.65	
BSQ	1回目	30.82	8.58	28.25	7.11	35.33	8.87	群: 低群<高群($p=.058$)
	2回目	31.45	7.90	29.42	7.83	35.00	7.23	

った。平均値と標準偏差を Table 4-2-4 に示した。その結果、社交不安群の主効果が有意傾向であった($F(1,19)=4.06$, $p<.10$)。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者と比較して、自分の不安症状を全体的に高く評価する傾向($p=.058$)がみられた。その他、有意な主効果、交互作用はみられなかった。

5. 記憶想起感覚の特徴(鮮明度, 視点, AMQ) (Table 4-2-5)

鮮明度 自伝的記憶想起時における鮮明度の測定を行い、その平均値を標準偏差をに示した。差異の有無を検討した結果、有意な差はみられず、社交不安の程度によって、想起した記憶の鮮明度に差異はみられなかった。

想起時の視点 想起時の視点を-3(現場視点)から+3(観察者視点)で測定を行った。 t 検定を行った結果、群間に差異はみられなかった。視点は、全体的に負の数値をとっており、現場視点から記憶を想起する傾向がみられた。

AMQ 想起時の感覚の特徴を検討するために、AMQ 各項目の平均値と標準偏差を算出した。各項目について、 t 検定を実施したところ、2項目以外のすべての項目で有意な差はみられなかった。有意差が見られた項目は、再体験項目(“実験でのスピーチを思い出すにつれて、元の出来事を再体験しているように感じる”)と言語化項目(“実験でのスピーチを思い出すにつれて、その出来事を言葉にして説明できる”)であり、順に有意傾向の差と有意な差がみられた(再体験 $t(19)=1.74$, $p<.10$: 言語化 $t(19)=2.45$, $p<.05$)。高社交不安群は、低社交不安群よりも言語化得点が有意で高値であり、出来事を言葉にして説明できる割合が高かった。

Table 4-2-5 各群における自伝的記憶想起感覚の特徴に関する各変数と PEP の平均値と標準偏差

	全体 (N=22)		低社交不安群(n=12)		高社交不安群 (n=9)		t値
	M	SD	M	SD	M	SD	
鮮明度	3.27	0.88	3.17	0.94	3.33	0.87	0.42
視点	-2.05	1.25	-1.83	1.64	-2.22	0.44	0.69
AMQ							
再体験	2.55	0.86	2.25	0.75	2.89	0.93	1.74 †
タイムスリップ	2.55	0.80	2.33	1.56	3.00	1.87	0.89
Remember / Know	2.86	1.06	2.67	0.89	3.11	1.17	0.99
事実通りに記憶	5.27	1.53	5.08	1.56	5.33	1.12	0.41
音イメージ	2.45	1.68	2.50	2.07	2.56	1.13	0.07
視覚イメージ	3.86	0.99	3.67	1.30	4.00	1.00	0.64
話し声イメージ	2.45	1.39	2.25	1.14	2.89	1.05	1.31
空間レイアウトイメージ	2.91	1.68	3.08	1.31	2.67	0.71	0.86
そのときの感情を感じる	2.95	1.17	3.00	1.13	3.00	0.87	0.00
周りの環境イメージ	2.45	1.14	2.33	0.78	2.56	0.88	0.61
言語化	3.18	1.00	2.75	1.06	3.89	1.05	2.45 *
筋の通ったストーリー	2.59	1.18	2.58	1.78	2.78	1.20	0.28
Post-event processing	207.45	138.84	141.33	93.92	315.56	121.40	3.72 **

**: $p < .01$; * $p < .05$ † $p < .10$

6. 社会的状況後の反すう (Post-event processing)

本実験では、1回目の実験と2回目の実験の間に、2日間の期間をとった。PEPQを用いて、その期間に、スピーチ場面を反すうした頻度を測定した(Table 4-2-5)。社交不安の程度とPEPの得点に差異がみられるかを検討するために、両群のPEP得点を t 検定で比較したところ、有意な差がみられた($t(19)=3.72, p<.01$)。高社交不安群($M=315.56$)は、低社交不安群($M=141.33$)よりもPEP得点が高かった。このことから、高社交不安群の参加者は社会的場面後に出来事を頻繁に反すうしやすい傾向が明らかになった。

PEPと自伝的記憶想起変数との関連をみるために、相関分析を行った。各変数における相関係数をTable 4-2-6に示した。その結果、PEP得点とネガティブな自己関連項目数(自由再生)との間に、中程度の正の相関がみられた($r=.52, p<.05$)。その他の記憶の自由再生関連の変数には有意な相関がみられなかった。より詳細な検討を行うために、ネガティブな自己関連記憶項目数を、ネガティブな自己感情関連項目数とネガティブな自己行動関連項目数に分けて、PEPとの相関を検討した。その結果、PEP得点と、ネガティブな自己行動関連項目数との間に有意な中程度の相関がみられた($r=.45, p<.05$)。ネガティブな自己感情関連項目数とPEPの間には、有意な相関はみられなかった($r=.002, ns$)。このことから、反すうが多い人ほど、記憶想起の際に、自分の失敗した振る舞いや身体症状を多く想起する傾向が明らかになった。

またPEP得点とBSQ(2回目)と、および不安関連行動(2回目)との間にもそれぞれ有意な中程度の相関がみられた(BSQ2回目 $r=.64, p<.01$; 不安関連行動2回目 $r=.44, p<.05$)。PEPがこれらの変数に与える影響を検討するために、1回目の変数を統制変数とし、偏相関を検討したと

Table 4-2-6 Post-event processing と自伝的記憶再生項目数との相関係数

自由再生項目数						
	ネガティブ な自己関連	ネガティブ な他者周囲 関連	ポジティブ な自己関連	ポジティブ な他者周囲 関連	ニュートラ ルな自己関 連	ニュートラ ルな他者周 囲関連
PEP	.52 *	-.26	-.16	-.32	-.10	-.09

	BSQ2回目	肯定的行動 (2回目)	全体否定的 行動(2回 目)	不安関連行 動(2回目)	BQ全体(2 回目)	視点	鮮明度
PEP	.64 **	.10	.42	.44 *	.31	.03	.12

* $p < .05$; ** $p < .01$

ころ、相関は有意ではなくなった(BSQ(2回目) $r=.24$ ，不安関連行動(2回目) $r=-.23$ ，ともに *ns*)。記憶想起時の視点や鮮明度は，PEPとの関連はみられなかった。

考察

本研究の目的は、社交不安と自伝的記憶の内容の関連を検討することであった。

本研究で得られた結果をまとめると、高社交不安群は低社交不安群よりもネガティブな自己関連記憶項目を有意に多く想起する傾向がみられた。相手や周囲に関する記憶の想起には、群間で差異はみられなかった。身体感覚の自己評価は、高社交不安群の参加者は低社交不安群の参加者に比べ、身体感覚(不安症状)の報告は多かった。

高社交不安群の参加者と低社交不安群の参加者との間で記憶想起の記述項目数に、有意差はみられなかった。その一方で、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりもネガティブな自己関連情報を選択的に多く想起していた。ネガティブな他者観察項目数と、周囲観察項目数には群間差がみられなかった。このことから、他者や周囲の情報の想起には社交不安の程度によって差が生じることはなく、ネガティブな自己関連情報の想起に偏り(バイアス)が生じていることが示された。また、PEPとの相関分析の結果から、ネガティブな自己関連情報を多く想起するバイアスは、出来事の後反すうするほどに強まる傾向がみられた。以上の結果は、先行研究と一致する結果である。Mellings & Alden(2000)では、ネガティブな自己関連情報を社交不安傾向が高い人が多く報告しており、本研究と同様の結果であった。ただ先行研究においては、相手関連記憶に群間差がみられ、高社交不安群の参加者は低社交不安群の参加者と比べて、相手関連情報の報告が少なかった。この差異は、実験課題によるものが大きいだろう。本実験では、社会的場面としてスピーチを用いた。そして Mellings & Alden(2000)は、会話場面であったので、相手といっても評定者(本研究)と会話の相手(先行研究)とで

は大きく異なる。スピーチ場面で相手を見ながら話すことを求められるため、社交不安の程度で相手情報に差異がみられなかったのだろう。

身体感覚について、高社交不安群の参加者の評価と低社交不安群の参加者の評価に有意な差がみられた。全体的に社交不安傾向が高い人は社交不安傾向が低い人に比べて、身体感覚の自己評価得点が高く、不安を多く報告していた。第3章では、社交不安が高い人のほうが、低い人よりも自分の身体感覚を多く想起して報告する傾向があった。本研究では、スピーチ直後の身体症状の自己評価と、2日後の身体感覚の自己評価の間には、有意な得点変動がみられなかった。このことから、スピーチ時に体験した身体感覚を、そのまま記憶想起時にも思い出していた可能性が考えられる。一方、他者からみた行動の自己評価については、高社交不安群の参加者は、スピーチ時(1回目)よりも、記憶想起時(2回目)のBQ全体得点が有意に低かった。この傾向は、低社交不安群においてはみられなかった。高社交不安群の参加者は、スピーチ課題時には、不安感情が高まったことで、スピーチ直後にスピーチ時の自分の様子を否定的に評価した可能性が考えられる。この可能性を検討するために、予備的に分析を行ったところ、BQ全体得点(1回目)と不安(スピーチ時)の相関係数($r=.44$, $p<.05$)、BQ全体得点(1回目)とスピーチの出来の相関係数($r=.43$, $p<.05$)はともに有意であった。BQ全体得点(2回目)との間には、有意な相関はみられなかった。不安の高まりや、スピーチ課題の出来があまりよくなったと感じたほど、自分の様子を否定的に感じていた。

想起時の特徴に関しては、高社交不安群の参加者と低社交不安群の参加者との間で視点の差はなく、どちらも現場視点から場面を想起していた。自伝的記憶想起感覚各変数においては、高社交不安群の参加者は低社交不安群の参加者と比較して、記憶想起時に出来事を再体験している

感覚や出来事を言語化して説明できる感覚が強まっていた。本研究では、スピーチ課題時のエピソードに関する記憶を可能な限り多く想起してもらうことを求めた。そのため、参加者はスピーチ課題でどんなことをしたか、どんな気持ちになったか、相手や周囲にはどのようなものが見えたかを想起し、言語化して記述することとなり、その結果として、参加者自身の目から見たような視点の記憶想起が促進されたと推測される。社交不安傾向の高い人は、エピソードの想起を求められると、ネガティブな自己関連情報を多く想起し、現場視点からそのエピソードを再体験しているように感じたと考えられる。

観察者視点からの記憶想起が起こらなかった要因として、次の2点が考えられる。一つ目として、スピーチ経験と想起までの期間が挙げられる。今回はスピーチ経験と想起までの期間が約2日と短かった。第3章で期間の長さと視点の関連はみられなかったが、現場視点だけが優勢ではなく、両視点とも同程度の人数分布であった。本研究においては、ほとんどの参加者が現場視点から想起を行っていた。より長い期間を置くことで、出来事の記憶の再構成が促され、現場視点の記憶から観察者視点の記憶への変化をする可能性が考えられる。二つ目として、本研究の実験は強い情動価と過度の自己注目を感じる課題ではなかった可能性も考えられる。評価的なスピーチ場面を設定し、異性の評定者を配置することで、強い情動価と自己注目を引き起こすように設定した。しかしながら、本研究では強い情動価を生じるような実験操作を行えなかった可能性が考えられる。スピーチ前後の不安気分を測定したところ、スピーチ課題を行っていたのにもかかわらず、不安は増加していなかった。

第3節 社会的状況における参加者の生理的变化と自伝的記憶・自己評価との関連の検討 (研究 2-3)

問題と目的

社交不安の自伝的記憶バイアスを検討している研究は少ない。その中でもいくつかの研究では、社交不安者は自己関連情報を含む社会的状況の記憶を想起すること、観察者視点から社会的状況を想起・イメージする偏り(バイアス)があることが指摘されている(Morgan, 2010)。第3章において過去の不快に感じた社会的状況の記憶と視点との関連を検討したところ、観察者視点から想起するバイアスはみられず、社交不安者は可視的・可聴的な身体感覚を多く報告する傾向がみられた。

第3章では、参加者によって想起した場面が異なっていた。具体的には、発表する際に不安を感じた状況の想起を求めたが、参加者が置かれた状況設定(発表の種類、発表の目的、観衆の数等)や、参加者の体験(感じた不安感、自己意識、身体症状の自己評価、生理的变化等)が参加者ごとに異なっており、純粋に自伝的想起による影響を検討できていない問題点が挙げられる。

そこで本研究では、参加者の生理的变化(生理指標)と、不安や身体感覚、行動の自己評価、自伝的記憶想起内容との比較を行い、社会的場面における参加者の体験を詳細に検討することを目的とした。生理指標は、不安や精神的緊張の指標である皮膚コンダクタンス水準を測定した。精神的発汗によって、皮膚電気活動に変化が生じ、不安や緊張を客観的に測定できる指標である。

方法

実験計画

研究 2-1, 研究 2-2 と同様であった。

実験参加者

研究 2-1, 研究 2-2 と同様であった。低社交不安群 12 名, 高社交不安群 9 名であった。

スピーチ課題

研究 2-1, 研究 2-2 と同様で, スピーチを 3 分間行ってもらった。

生理指標測定

生理指標を測定するために, 皮膚コンダクタンス水準と, 指尖脈波を測定するセンサーを右手に着用してもらった。右手の人差し指と中指に皮膚コンダクタンス水準用センサー, 右手薬指に指尖容積脈波用センサーを装着した。①ベースライン期(3 分間), ②スピーチ準備期(3 分間), ③スピーチ課題期(3 分間), ④スピーチ後(1 分間)の 4 つの時期に分け, 集計を行った。各時期における皮膚コンダクタンス水準(SCL)の平均値, 最大値－最小値を算出した。指尖容積脈波は本研究では分析に用いなかった。

測定変数

研究 2-1, 研究 2-2 で用いた尺度を分析対象とした。Social Phobia Scale 日本語版(SPS), Body Sensations Questionnaire(BSQ), 不安(気分), 行動の自己評価(BQ), スピーチ体験の自由再生項目であった。

実験手続き

研究 2-1, 研究 2-2 と同様であった。

実験室の設定

研究 2-1, 研究 2-2 と同様であった。

実験時期

研究 2-1, 研究 2-2 と同様であった。

結果

1. 皮膚コンダクタンス水準の変化

スピーチ課題での皮膚電位反応を検討するために、皮膚コンダクタンス水準(SCL)を測定した。①ベースライン期(3 分間)、②スピーチ準備期(3 分間)、③スピーチ課題期(3 分間)、④スピーチ後(1 分間)の 4 つの時期に分け、時期ごとの平均値、最大値－最小値を算出した。参加者全体、社交不安群ごとの結果を Table 4-3-1 に示した。各変数(平均値、最大値－最小値)について、グラフを作成し、Fig.4-3-1, Fig.4-3-2 に示した。

各群と測定期によって皮膚コンダクタンス水準に差がみられるかを検討するために、各変数について 2 要因分散分析を行った。その結果、すべての SCL 変数において社交不安群による差異はみとめられなかった。SCL 平均値においては、測定期の主効果がみられた($F(1,19)=42.26$, $p<.001$)。その他、主効果・交互作用はみられなかった。SCL 最大－最小値においては、各要因の主効果・交互作用はみられなかった。

Table 4-3-1 各時期における皮膚コンダクタンス水準(SCL)の平均値・最大値－最小値の平均得点と標準偏差

		BL期		準備期		スピーチ		ポスト	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
SCL平均	全体	0.03	0.15	0.31	0.31	0.51	0.38	0.47	0.39
	低社交不安群	0.04	0.19	0.34	0.40	0.59	0.48	0.54	0.51
	高社交不安群	0.02	0.06	0.26	0.11	0.42	0.14	0.37	0.12
SCL最大-最小	全体	0.17	0.11	0.28	0.23	0.25	0.14	0.18	0.12
	低社交不安群	0.17	0.12	0.32	0.29	0.25	0.13	0.21	0.13
	高社交不安群	0.17	0.11	0.23	0.11	0.25	0.16	0.15	0.09
BL期：ベースライン期		スピーチ：スピーチ課題期						(単位: μ S)	
準備期：スピーチ準備期		ポスト：スピーチ後							

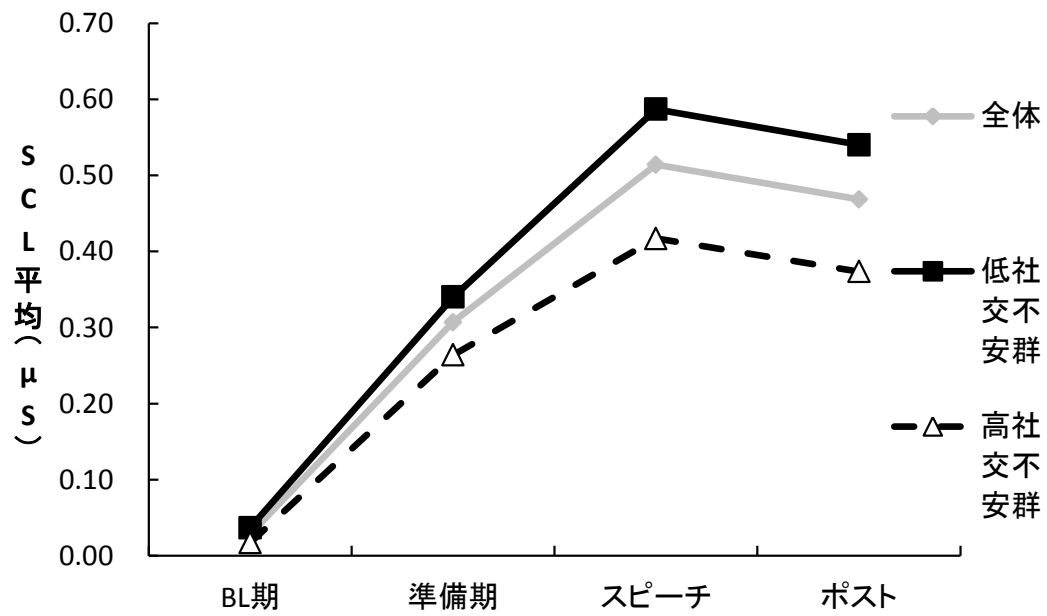


Fig.4-3-1 各群における時期ごとの SCL 平均の平均値

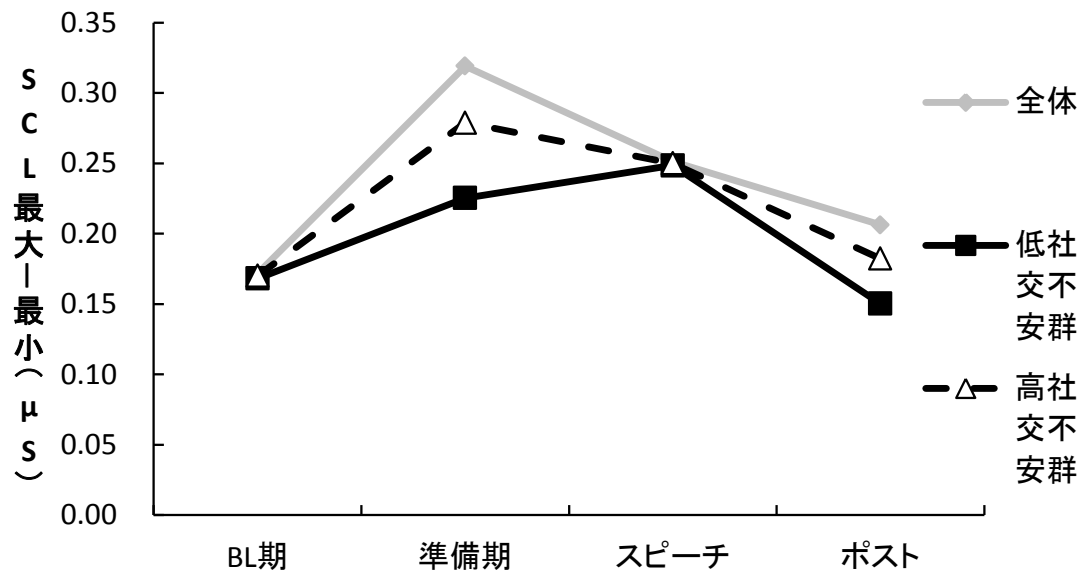


Fig. 4-3-2 各群における時期ごとの SCL 最大－最小の平均値

2. 生理指標と身体感覚・行動の自己評価との関連

スピーチ中に測定した生理指標と、身体感覚・行動の自己評価との関連を検討するために、相関係数を算出した。スピーチ直後の自己評価(1回目)と、2日後の記憶想起時の評価(2回目)の2つの変数と、皮膚コンダクタンス水準各変数との相関係数を Table 4-3-2 に示した。その結果、BSQ(1回目)と SCL 各変数の相関は、低い相関で有意ではなかった。BSQ(2回目)と、SCL 各変数との間には中程度の有意な相関がみられた。特に、精神的負荷がかかり、緊張が表れやすい②スピーチ準備期と、③スピーチ課題期の SCL 平均値をみると、BSQ1 回目では $r=.15\sim.18$ の幅の低い相関であったが、BSQ2 回目とは $r=.47\sim.57$ までの中程度の相関を示していた。SCL 最大-最小については、BSQ2 回目とスピーチの準備期の中に中程度の有意な相関がみられた($r=.63$, $p<.01$)。SCL 準備期において SCL の変動幅が大きいほど、BSQ2 回目の得点が高かった。

また行動の自己評価と SCL 各変数との相関を検討したところ、全体否定的行動と不安関連行動の自己評価と SCL 各変数とに有意な相関がみられた。全体否定的行動については、スピーチ時の SCL 最大-最小と1回目の全体否定的行動得点の間に有意な正の中程度の相関がみられた($r=.44$, $p<.05$)。スピーチ時の SCL の変動幅が大きいほど、その時の他者から見た不安な様子を高く評価していた。不安関連行動については、BSQ 同様に、記憶想起時(2回目)の評価と、スピーチ時の SCL 平均値との相関が中程度であった($r=.43\sim.49$)。

Table 4-3-2 各測定期における SCL 各変数と身体感覚・行動の自己評価との相関

		BSQ		肯定的行動		全体否定的行動		不安関連行動		BQ全体	
		1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目
SCL平均	BL	.37	.54 *	.07	.35	.16	-.06	.45 *	.48 *	.28	.09
	準備	.19	.57 **	.07	.23	.23	.01	.35	.44 *	.24	.14
	スピーチ	.16	.47 *	.10	.18	.31	.08	.35	.44 *	.24	.18
	ポスト	.13	.43	.02	.19	.32	.12	.39	.49 *	.31	.22
SCL最大- 最小	BL	.07	.16	.16	.10	.16	.08	.17	.16	.07	.06
	準備	.34	.63 **	.03	.06	.13	-.09	.16	.19	.11	.06
	スピーチ	.17	-.07	-.21	-.13	.44 *	.40	.15	.29	.31	.33
	ポスト	.33	.25	.02	-.15	.17	.01	.04	.07	.06	.12

* $p < .05$; ** $p < .01$

3. 生理指標と自伝的記憶想起内容との関連 (Table 4-3-3)

スピーチ中に測定した生理指標と、自伝的記憶想起の各項目数との関連を検討するために、相関分析を行った。その結果、SCL 各変数と自伝的記憶想起各項目数との間には 1 項目を除いて有意な関連はみられなかった。有意な相関が認められたのは、スピーチ課題後(ポスト)の SCL 最大－最小の値であり、ニュートラルな自己関連記憶の項目数の間に有意な正の相関がみられた ($r=.58$, $p<.01$)。SCL の変動が大きいほど、ニュートラルな自己関連記憶を多く想起する傾向がみられた。

Table 4-3-3 各測定期における SCL 各変数と自伝的記憶想起各項目との
相 関

		ネガティブな 自己関連	ネガティブな 他者周囲関 連	ポジティブな 自己関連	ポジティブな 他者周囲関 連	ニュートラル な自己関連	ニュートラル な他者周囲 関連
SCL平均	BL	-.07	.11	-.32	-.13	.38	-.01
	準備	-.05	.07	-.23	-.06	.15	.02
	スピーチ	-.19	.18	-.12	-.09	.21	-.08
	ポスト	-.15	.12	-.14	-.08	.11	-.06
SCL最大-最小	BL	.12	-.14	-.20	-.17	-.06	-.02
	準備	-.11	.25	-.25	-.08	.53	.00
	スピーチ	-.02	-.02	-.04	-.14	-.09	-.05
	ポスト	-.14	.13	-.26	-.18	.58 **	.01

**: $p < .01$

考察

本研究は、参加者の生理的变化(生理指標)と、不安や身体感覚、行動の自己評価、自伝的記憶想起内容との比較を行い、社会的場面における参加者の体験を詳細に検討することが目的であった。

精神的発汗を示す生理指標(SCL)の全体的な傾向として、スピーチ準備、スピーチ課題といった状況に伴って、数値が有意に増加していた。しかしながら、社交不安の程度によって、生理指標の数値には差異はみられなかった。精神的発汗と、直後(1回目)の不安症状の自己評価、行動の自己評価との間には関連がみられなかった。その一方で、精神的発汗と2日後(2回目)の不安症状の自己評価、不安関連行動の自己評価との間には有意な相関がみられた。

このような関連の違いがみられた一つの説明として、スピーチ直後の身体感覚・不安関連行動の自己評価は、その時の感情、スピーチの出来、相手の反応といった他の変数の影響を受けやすく、実際の身体反応とずれた可能性が考えられる。Edelmann & Baker(2002)は、社交不安障害患者群、不安障害群、健常群を対象に、社交場面における生理指標(発汗、心拍、皮膚温度)と身体感覚の自己評価との関連を検討した。その結果、各生理指標については群間に有意な差はみられなかったが、自己評価については群間に有意な差がみられた。社交不安障害患者群は、他の二群よりも、社交場面における心拍の自己評価が有意に高かった。このように社交不安の程度によって実際の生理指標には変化は少なく、自己評価に社交不安の程度による影響がみられると考えられる。またもう一つの可能性として、社交的状況後の反すうとの関連が考えられる。研究 2-2 では、社交状況後の反すう(PEP)と、身体感覚2回目との間に有意な正の相関がみられていた。1回目と2回目の間に反すうを重ねることで、

身体感覚が増加した可能性が考えられる。

第4節 第4章のまとめ

第1節においては、スピーチ場面における参加者の体験について自己評価変数から検討を行った。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者に比べて、他者から見えている自分への関心が強く、周囲にも意識を向ける傾向にあり、全体として強い不安を感じ、不安に関連した身体症状を多く報告していた。他者から見た自分の様子については、社交不安群によって自己評価に差がみられなかった。

第2節においては、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、ネガティブな自己関連記憶を多く想起する傾向がみられた。他者や周囲に関する記憶の想起数には、社交不安群による差はみられなかった。社会的状況を参加者で統制しても、第3章と同様に、記憶想起の視点バイアスはみられなかった。ほとんどの参加者で現場視点が優勢であった。高社交不安群の参加者は、エピソード想起時に具体的な記述を求められたことにより、ネガティブな自己関連情報を思い出し、現場視点から再体験した感覚になった可能性が考えられた。社会的状況後における反すうの程度と、自伝的記憶想起のネガティブな自己関連項目との有意な相関がみられた。反すうを重ねると、ネガティブな自己関連項目を想起しやすい可能性が示された。

第3節においては、社会的状況での生理的变化と、身体感覚に関する変数の自己評価との関連を検討した。その結果、個人の社交不安傾向によって、スピーチ場面での精神的発汗量(皮膚コンダクタンス水準)に有意な差異はみられなかった。その一方で、皮膚コンダクタンス水準と、2日後身体感覚との間に関連がみられた。

第4章の各研究によって、作動自己に活性化しやすい情報の偏りが明

らかになった。各研究の結果から、社交不安傾向の高い人は、スピーチ場面で不安や身体感覚を感じる事が多く(自己評価)、事後に出来事について何度も反すうする傾向がみられた。反すうをすることで、作動自己と出来事の記憶とのアクセシビリティを高まることとなり、記憶想起時に、作動自己内に自己のネガティブな感情や行動といった側面が活性化しやすかったと考えられる。

第5章

情動価が異なる自己イメージの影響の検討

(研究 3-1, 研究 3-2, 研究 3-3)

- 第1節 情動価が異なるイメージの生成の特徴の検討(研究 3-1)
- 第2節 情動価が異なるイメージによる不安・行動の自己評価への
影響の検討(研究 3-2)
- 第3節 情動価が異なる自己イメージによる不安・行動の自己評価
と評定者評価の比較(研究 3-3)
- 第4節 第5章のまとめ

第1節 情動価が異なるイメージの生成の特徴の検討(研究3-1)

問題と目的

ネガティブな自己イメージを保持することが、不安の増大や自己評価の低下を引き起こすことが報告されている。Hirsch et al.(2003)は、社交不安障害患者に、ネガティブな自己イメージを実験的に保持させ、会話場面でのパフォーマンスを検討した。その結果、ネガティブな自己イメージを保持した条件(ネガティブ条件)では、より強い不安を感じ、不安症状が他者にみえていたと報告しており、会話でのパフォーマンスを低く評価した。評定者評価では、統制条件よりもネガティブ条件の参加者は不安が高く、肯定的行動が少なかった。自己評価と評定者評価を比較した結果、全体的に参加者は自身のパフォーマンスを過小評価し、特にネガティブ条件では他者から見える不安症状を過大評価した。また、高社交不安傾向の大学生、低社交不安傾向の大学生を対象とした研究においても、ネガティブな自己イメージ保持による悪影響が報告されている(Hirsch et al., 2004; Hirsch et al., 2006)。

ネガティブな自己イメージの影響は検討されている一方で、ポジティブな自己イメージの影響を検討した研究は多くない。Vassilopoulos(2005)は、過去の出来事に基づかないポジティブな自己イメージによる影響を検討している。高社交不安傾向および低社交不安傾向の大学生を、ポジティブな自己イメージ条件とネガティブな自己イメージ条件に振り分け、スピーチ課題を課した。ポジティブ条件では「可能な限りポジティブで、自信に満ち、やすらぎと心地よさを感じているようにみえる自分」、ネガティブ条件では「可能な限りネガティブで、そわそわしていて不安と居心地の悪さを感じている自分」と、課題と無関連のイメージ生

成をさせた。その結果、ポジティブ条件の参加者は、ネガティブ条件の参加者と比較して、有意に不安が低下し、自分をより肯定的に評価していた。このように、ポジティブな自己イメージの保持は、不安の減少や肯定的な自己評価の増加の効果があると考えられるが、先行研究が少ないため、より多くの検証が求められる。

そこで本研究では、参加者に異なる情動価を持つ自己イメージを生成してもらい、各イメージの諸特徴を検討することを目的とする。作動自己に働きかけ、3つの異なる情動価のエピソード記憶から情報を引き出して、イメージを想起してもらった。具体的には、ネガティブな自己イメージ条件は「人前で不安を感じた状況(不快な感情を伴う経験)」、ポジティブな自己イメージ条件は「人前でうまくいった状況(快な感情を伴う経験)」、統制自己イメージ条件では「一人で発表の練習した状況(ニュートラルな感情を伴う経験)」の状況を設定した。参加者は、過去の特定の社会的状況下での自己について想起し、自己イメージを生成した。

方法

実験計画

自己イメージの情動価(3水準)、社交不安群(2水準)を要因とする2要因参加者間計画

実験参加者

大学生60名(男性25名、女性35名)が参加した。実験参加者を各イメージ条件へ無作為に振り分けた。統制イメージ条件において、イメージ操作時に指定したイメージを想起できなかった参加者(1名)がいたので分析から除外し、ネガティブ条件に21名(男性9名、女性12名)、ポ

ジティブ条件に 20 名(男性 9 名, 女性 11 名), 統制条件に 18 名(男性 8 名, 女性 10 名)に割りふられた。また社交不安との関連を検討するため, 参加者は事後に, FNE の中央値($Md=17.67$)で高社交不安群と低社交不安群に分けられた。低社交不安群の平均値は $10.64(SD=4.88)$, 高社交不安群の平均値は $22.81(SD=3.72)$ であり, 両群間に有意な差がみられた ($t(57)=10.83, p<.001$)。低社交不安群は 28 名からなっており, ネガティブ条件に 12 名(男性 6 名, 女性 6 名), ポジティブ条件に 7 名(男性 4 名, 女性 3 名), 統制条件に 9 名(男性 4 名, 女性 5 名)であった。高社交不安群は 31 名からなっており, ネガティブ条件に 9 名(男性 3 名, 女性 6 名), ポジティブ条件に 13 名(男性 5 名, 女性 8 名), 統制条件に 9 名(男性 4 名, 女性 5 名)であった。各セルの人数比に偏りはみられなかった ($\chi^2=0.35, ns$)。

イメージ条件操作

自己イメージの情動価の操作は, Hirsch et al. (2003)と同様の手法を用い, 過去のエピソード想起を伴うイメージ生成を実施した。イメージ条件と合致した過去のエピソードを 1 つ想起させる教示を行った。ネガティブ条件では「人前で発表した際に特に不安を感じたり, うまくいかなかった状況」, ポジティブ条件では「人前で発表した際にうまくいった状況」, 統制条件では「一人で発表練習している状況」であった。想起できない場合は, その状況におかれた場合を想定させた。教示後, 実験室に参加者を一人にし, 3 分間のエピソード想起を求めた。次に, 自己イメージの鮮明化のために, 半構造化面接を行った(Hackmann et al., 2000)。面接では, 想起したエピソード記憶の感覚モダリティ(視覚, 身体感覚, 聴覚, 味覚, 嗅覚)の報告を求めた。エピソードの詳細やその時

の感情について報告させた上で、その時の自己をできるだけ鮮明に想起し、他者から見た自己の様子をイメージさせた。

イメージ条件操作時の半構造化面接(測定変数)

想起したエピソード記憶の感覚モダリティ 参加者に、想起したエピソードで、何が見えているか(視覚)、どのような体の感覚があるか(身体感覚)、どんな音が聞こえるか(聴覚)、どんな味がするか(味覚)、どんな匂いがするか(嗅覚)について報告を求めた。

想起したエピソードの詳細 参加者に想起したエピソードの詳細について、説明をしてもらった。加えて、そのエピソードの意味についても回答を求めた。

他者から見た自己の様子 エピソードにおいて、他者から見た参加者の様子をイメージしてもらい、報告してもらった。

イメージでの感情 エピソードで感じた参加者の感情を報告してもらった。

実験手続き

参加者は、募集用紙に応募する形式で実験参加した。実験者から実験の目的・概要を聞き、実験に参加するかどうかを判断した上で、実験同意書に記入した。同意をした場合、FNE, PRCS, 状態不安(1回目)、特性不安, BDI から構成される質問紙を回答した。その後、実験者によって、ランダムにネガティブ条件、ポジティブ条件、統制条件のイメージ条件に振り分けられた。指定された過去の状況を1つ特定した上で、その状況を想起し、そのときの自分をイメージするように求められた。実験者が退室後、3分間一人で過去の状況を想起してもらった。3分後、

再び実験者が入室し、半構造化面接を行った。半構造化面接では、実験者からの質問に口頭で回答した。その後に、研究 3-2 を実施した。

実験時期

2006 年 10 月から 12 月であった。

結果

1. 想起した記憶の感覚モダリティ

各条件で想起した記憶が異なったため、半構造化面接で想起した記憶での感覚モダリティを聞いた。各感覚モダリティ(視覚, 身体感覚, 聴覚, 味覚・嗅覚)が記憶想起時に報告された割合を, Table 5-1-1 に示した。ほぼすべての記憶想起で, 視覚(100%)が含まれていた。ネガティブ条件とポジティブ条件では, 身体感覚(57–100%), 聴覚(46–83%)が報告され, 嗅覚・味覚(0%)の報告はみられなかった。統制条件では, 聴覚(78–80%), 嗅覚・味覚(33%), 身体感覚(0–30%)の順で報告があった。

2. 他者から見た自己の様子

半構造化面接で報告された他者から見た自分の様子について, 実験者がカテゴリ分類を行い, 臨床心理学を専門とする大学院生により, 分類の妥当性を検証してもらった。回答を分類し, 集計した結果を Table 5-1-2 に示した。イメージ条件と他者から見た様子との関連を検討するために, 各セル度数を比較したところ, セルに偏りがみられた($\chi^2=19.51$, $df=6$, $p<.01$)。残差分析の結果, ネガティブ条件において, ネガティブな様子(2.50)は期待値(1.96)よりも調整済み標準化残差が有意に大きく,

Table5-1-1 各条件・各群における想起した記憶の各感覚モダリティの割合

		ネガティブ条件 (<i>n</i> =21)	ポジティブ条件 (<i>n</i> =20)	統制条件 (<i>n</i> =18)
視覚	LSA	100	100	100
	HSA	100	100	100
身体感覚 (うち不安関連)	LSA	75	57	0
	HSA	100	77	30
聴覚	LSA	83	57	78
	HSA	56	46	80
嗅覚または味覚	LSA	0	0	33
	HSA	0	0	33

数値は%

Table 5-1-2 イメージ条件ごとの他者から見た自分の様子についての回答の集計

ネガティブ条件 (n=21)		ポジティブ条件 (n=20)		統制条件 (n=18)	
ネガティブな様子	13	ネガティブな様子	3	ネガティブな様子	8
緊張感や身体症状	9	緊張したと思われた	2	億劫な様子	5
自信がない様子・ふるまい	4	自信がない様子・ふるまい	1	あせっている様子	3
ポジティブな様子	3	ポジティブな様子	14	ポジティブな様子	3
肯定的な様子・ふるまい	3	肯定的な様子・ふるまい	14	肯定的な様子・ふるまい	3
その他	2	行為どおりの様子	1	行為どおりの様子	3
なし(みられてない)	3	なし	2	なし	4

ポジティブ条件において、ポジティブな様子(4.20)は期待値よりも有意に大きかった。また、社交不安群における各イメージ条件の度数を Table 5-1-3 に示した。

3. 自己イメージの感情

想起した記憶内の自己イメージで生じた感情を、自己の様子と同様の手続きで各カテゴリに分類し、集計した。社交不安群、イメージ条件ごとに集計した結果を、Table 5-1-4 に示した。イメージ条件と感情の各セル度数を比較したところ、セルに偏りがみられた($\chi^2=27.85$, $df=4$, $p<.001$)。残差分析の結果、ネガティブ条件において、ネガティブ感情(4.80)は期待値(1.96)よりも調整済み標準化残差が有意に大きかった。またポジティブ条件において、ポジティブ感情(3.60)は期待値よりも有意に大きかった。社交不安群ごとに集計した結果を Table 5-1-5 に示した。

4. 自己イメージの身体感覚

記憶想起での自己イメージの身体感覚を、他の質問項目と同様の手続きで、集計して分類した(Table 5-1-6)。身体感覚は、一人の回答者につき、複数の症状が報告されていた。

低社交不安群のネガティブ条件では、身体感覚を報告したのが 9 名、なしと報告したのが 3 名であった。主な報告は、動悸と発汗が 4 件、顔が熱いが 2 件であった。ポジティブ条件(あり 4 名、なし 3 名)で報告された身体感覚の内訳は、手足の震えが 2 件、顔が熱い・身体の熱さ、動悸がそれぞれ 1 件であった。統制条件(あり 0 名、なし 9 名)では、身体感覚は報告されなかった。

また高社交不安群においては、ネガティブ条件(あり 9 名、なし 0 名)

Table 5-1-3 各社交不安群・各イメージ条件の他者から見た自分の様子
についての回答の集計

低社交不安群			
ネガティブ条件 ($n=12$)		ポジティブ条件 ($n=7$)	
ネガティブ条件 ($n=12$)		ポジティブ条件 ($n=7$)	
ネガティブな様子	4	ネガティブな様子	1
自信がない様子・ふるまい	4	自信がない様子・ふるまい	1
ポジティブな様子	3	ポジティブな様子	5
肯定的な様子・ふるまい	3	肯定的な様子・ふるまい	5
その他	2	行為どおりの様子	1
なし(みられてない)	3	なし	4
高社交不安群			
ネガティブ条件 ($n=9$)		ポジティブ条件 ($n=13$)	
ネガティブ条件 ($n=9$)		ポジティブ条件 ($n=13$)	
ネガティブな様子	9	ネガティブな様子	2
緊張感や身体症状	9	緊張したと思われた	2
		ポジティブな様子	9
		肯定的な様子・ふるまい	9
		なし	2
		ネガティブな様子	5
		億劫な様子	2
		あせっている様子	3
		ポジティブな様子	2
		肯定的な様子・ふるまい	2
		行為どおりの様子	2

Table 5-1-4 各イメージ条件のイメージでの感情についての回答の集計

ネガティブ条件 (n=21)		ポジティブ条件 (n=20)		統制条件 (n=18)	
ネガティブ感情	18	ネガティブ感情	3	ネガティブ感情	5
不安・緊張	9	不安・緊張	3	やや心配	3
逃避欲求	3			億劫な	2
混乱	2				
失敗・後悔	4				
ポジティブ感情	3	ポジティブ感情	17	ポジティブ感情	11
不安・緊張から肯定的感情	2	不安・緊張から肯定的感情	8	落ち着き	7
冷静	1	話の内容に沿った感情	4	安心感	4
		自己効力感	5	なし	2

Table 5-1-5 各社交不安群・各イメージ条件のイメージでの感情についての回答の集計

低社交不安群					
ネガティブ条件 (n=12)		ポジティブ条件 (n=7)		統制条件 (n=9)	
ネガティブ感情	11	ネガティブ感情	2	ネガティブ感情	2
不安・緊張	7	不安・緊張	2	やや心配	2
逃避欲求	2				
混乱	2				
ポジティブ感情	1	ポジティブ感情	5	ポジティブ感情	5
冷静	1	不安・緊張から肯定的感情	2	落ち着き	3
		話の内容に沿った感情	1	安心感	2
		自己効力感	2	なし	2
高社交不安群					
ネガティブ条件 (n=9)		ポジティブ条件 (n=13)		統制条件 (n=9)	
ネガティブ感情	9	ポジティブ感情	13	ネガティブ感情	3
不安・緊張	4	不安・緊張から肯定的感情	7	やや心配	1
失敗・後悔	4	話の内容に沿った感情	3	億劫な	2
逃避欲求	1	自己効力感	3		
				ポジティブ感情	6
				落ち着き	4
				安心感	2
				なし	2

Table 5-1-6 各群・各イメージ条件におけるイメージの身体感覚についての回答の集計

低社交不安群					
ネガティブ条件		ポジティブ条件		統制条件	
あり	9	あり	4	あり	0
動悸	4	動悸	1		
発汗	4				
顔が熱い	2	顔が熱い	1		
身体のだるさ	1	身体があつさ	1		
筋肉硬直	1	手足震え	2		
喉の渇き	1				
なし	3	なし	3	なし	9
高社交不安群					
ネガティブ条件		ポジティブ条件		統制条件	
あり	9	あり	10	あり	3
動悸	2	動悸	2	動悸	2
発汗	4	発汗	2		
顔が熱い	2	顔が熱い	2		
		緊張感	2	緊張感	1
手足の震え	5	筋肉硬直	2		
声の震え	2	身振り	1		
なし	0	なし	3	なし	6

で主に報告された身体感覚には、手の震えが 5 件、発汗が 4 件であった。ポジティブ条件(あり 10 名、なし 3 名)では、発汗・顔が熱い・動機・筋肉硬直・緊張感がそれぞれ 2 件であり、統制条件(あり 3 名、なし 6 名)では、動悸 2 件、緊張感 1 件であった。

考察

本研究は、ネガティブ感情、ポジティブ感情、ニュートラル感情を伴う社会的状況を想起することによって生成した記憶・自己イメージが、どのような特徴を持っているかを検討することが目的であった。イメージ生成時に半構造化面接を実施し、面接で報告された回答を分析した。

報告された感覚モダリティの検討を行ったところ、視覚と身体感覚が想起された記憶の要素を占めていた。この結果は先行研究(Hackmann et al., 2000)と類似したものであった。統制条件(非社会的状況)と比較して、ネガティブ条件(社会的状況)とポジティブ条件(社会的状況)は、視覚と身体感覚に偏っていた。

他者からみた自己の様子については、統計的検定(χ^2 検定)を行ったところ、ネガティブ条件、ポジティブ条件ともに、イメージ教示と合致したネガティブな様子、ポジティブな様子がイメージされていた。また、ネガティブ条件の低社交不安群の参加者と高社交不安群の参加者を比較したところ、高社交不安群のすべての参加者が緊張感や身体症状を含む自己イメージしていたが、低社交不安群の参加者は、ネガティブな様子とポジティブな様子といった様々な自己をイメージしていた。この差異は、いくつかの可能性から説明ができる。一つ目の可能性として、社交不安が高い人が、社交不安が低い人と比較して、実際に不安や緊張感を強く感じていたことが考えられる。しかしながら、イメージでの感情を

集計した結果を参考にすると、ネガティブ条件の両社交不安群の参加者は、どちらも不安や緊張を感じていた。二つ目の可能性として、透明性の錯覚という概念からの説明が考えられる。透明性の錯覚とは、「思考や感覚、感情が、実際に生じているよりも、他者に明らかになっているという信念」のことである。本研究に当てはめると、両社交不安群の参加者は、不安や緊張をどちらも同程度に感じていても、高社交不安群の参加者は他者にその状態を察知される程度の見積もりが過大であったと考えられる。実際に、低社交不安群の参加者の報告をみると、内心不安や緊張を感じていても、それが他者に筒抜けになっていると考えていなかった。不安な感情があっても外部には「笑顔で話している」「落ち着いている」といった否定的な要素を含まない様子として伝わったと報告した参加者が複数みられた。その一方、高社交不安群の参加者は、自己の内面の不安・緊張、居心地の悪さが、他者に筒抜けになっていると考え、その感情が他者から見た自己の様子にも反映したと推測される。三つ目の可能性として、身体感覚の種類の差異である。ネガティブ条件の高社交不安群の参加者に特徴的な身体感覚は、手足の震えであった。他の不安と関連した身体症状と比較して、「手足の震え」は自己からも他者からも察知しやすい身体症状である。手足の震えを察知するには、筋感覚のフィードバックと同時に、明確な視覚的なフィードバックの影響も大きいと考えられる。このように自分も察知できて、他者も察知できる明らかな症状を伴ったため、高社交不安群の参加者は、他者からみた自己の様子を「緊張・身体症状」と考えた可能性が考えられる。

第2節 情動価が異なるイメージによる不安・行動の自己評価への影響の検討(研究3-2)

問題と目的

社交不安傾向の高い人は、社会的状況においてネガティブで歪んだ自己イメージを持っているため、その状況下での不安がより高まり、自己の行動やパフォーマンスの評価が悪化するといわれる(Hirsch et al., 2003; Hirsch et al., 2004)。しかし、ネガティブな自己をイメージすることによる影響は実験的に検討されているが、ポジティブな自己をイメージすることによる不安・自己評価への影響を検討している研究は少ない。先行研究によると、ポジティブな自己イメージを保持してスピーチを行うと、ネガティブな自己イメージを保持した時と比較して、身体症状の報告が少ないといった肯定的な影響がみられた(Vassilopoulos, 2005)。また、社交不安傾向の低い人を対象にポジティブな自己イメージの保持による効果とネガティブな自己イメージの保持による効果を比較検討した研究もみられる。研究によると、社交不安傾向の低い人がポジティブな自己イメージの保持によって、状態不安が低く、行動の自己評価も肯定的で、ネガティブ思考も少なかった(Hirsch et al., 2006)。

そこで本研究は、異なる情動価(ポジティブ・ネガティブ・統制)の自己イメージを生成・保持をすることが、社会的状況におけるパフォーマンスや自己評価にどのような影響を与えるかを検討することを目的とする。具体的には、作動自己に実験的操作を行い、過去の経験に基づいた異なる自己の様子をイメージ(自己イメージ)してもらい、そのイメージを保持しつつ、スピーチ課題を課した。イメージ条件は、ネガティブな自己イメージ条件、ポジティブな自己イメージ条件、統制の自己イメー

ジ条件を設定した。イメージによる状態不安の変動と、スピーチ場面での行動・パフォーマンスの自己評価への効果を検討した。

方法

実験計画

研究 3-1 と同様であった。

実験参加者

研究 3-1 と同様であった。

イメージ条件操作

研究 3-1 と同様であった。

測定変数

社会的不安尺度日本版(石川他, 1992) Watson & Friend(1969)が作成した他者からの否定的評価の懸念の程度を測定する尺度で、30 項目 2 件法からなる、石川他(1992)によって翻訳、標準化された日本版を用いた。石川他(1992)によると、一般成人の平均得点は 13.81($SD=8.57$)、臨床群の平均得点は 21.97 ($SD=7.38$)といわれている。本研究における信頼性係数 $\alpha=.92$ で、十分な値であった。

State-Trait Anxiety Inventory 日本版(清水・今栄, 1981)

State-Trait Anxiety Inventory(以下 STAI)は、状態不安と特性不安を測定するために Spielberger et al.(1970)によって作成された尺度で、40 項目 4 件法からなる。本尺度はその日本語版である。状態不安 20 項目、特性不安 20 項目から構成される。信頼性係数は、それぞれ状態不安

$\alpha=.85$, 特性不安 $\alpha=.89$ であり, 十分な値であった。状態不安は, 実験開始時(1回目), イメージ操作後(2回目), スピーチ後(3回目)の3度の測定を行った。特性不安は実験開始時のみ測定を行った。

ベック抑うつ尺度(林・瀧本, 1991) ベック抑うつ尺度(Beck Depression Inventory, 以下 BDI)は, 抑うつ状態を測定するために, Beck, Rush, Shaw, & Emery(1979)によって作成された尺度で, 21項目4件法からなる。本尺度はその日本語版である。信頼性係数 $\alpha=.79$ で, 十分な値であった。

イメージの鮮明さ 生成したイメージの鮮明さを評価するために, イメージ生成後に, 「どのくらい鮮明に(リアルに, ありありと)イメージを思い浮かべることができましたか」という問いに, 1(うかばなかった)から 5(鮮明に思い出せた)の5件法で回答を行った。

行動の自己評価(Behavior Questionnaire, 以下 BQ) Stopa & Clark(1993)と Mansell & Clark(1999)が使用した Behavior Checklist からスピーチ場面に適した18項目を選定した。他者から見たスピーチ中の自分の振る舞いや様子を評価する尺度で, 肯定的行動(positive behavior)9項目, 否定的行動(negative behavior)9項目であった。否定的行動は, 全体的な否定的行動を示す全体否定的行動(global negative behavior)3項目と, 社交不安と関連した否定的行動である不安関連行動(anxiety-related behavior)6項目から構成される(Mansell & Clark, 1999)。Hirsch et al(2003)にならい, BQ 全体得点, 肯定的行動得点, 全体否定的行動得点, 不安関連行動得点を算出した。BQ 全体得点は, 肯定的行動各項目を逆転した上での18項目の合計得点であり, 得点が低いほどよいパフォーマンスを示す。肯定的行動得点は肯定的行動(自信たっぷりな, 好まれる, リラックスした, 熱心な, 有能な, 自信

に満ちた，魅力的な，自己主張の強い，流暢な)の合計点，全体否定的行動得点は全体否定的行動(ぎこちない，困惑した，落ち着かない)の合計点，不安関連行動得点は不安関連行動(手がぶるぶる震えた，声が震えた，汗が出た，赤面した，息が荒い)の合計点であった。不安関連行動項目である「スピーチ中に長い間があいた」を除外した本尺度の信頼性係数は高かったため($\alpha=.88$)，不安関連行動得点は5項目の合計点を用いた。

「今回のスピーチを振り返って，スピーチを見た他の人から，あなたがどのように見えているか，またはどのような印象を与えているかを，各項目で評価してください。」という教示文の後に，各項目に0(全く顕著でなかった)から8(かなり顕著だった)で回答を求めた。

スピーチの出来の評価 スピーチの出来の自己評価をするために測定した。スピーチ後に，スピーチについての評価を“今回のスピーチのできはどうでしたか？”という問いに，0(全くよくなかった)から10(非常によくできた)の11件法で回答を求めた。

スピーチ課題

社会的場面におけるスピーチの出来やスピーチ中の振る舞いを検討するために，3分間のスピーチ課題を課した。スピーチテーマは，「大学生が年金を支払うことに賛成か反対か」であった。1分間の準備時間をおいた後，ビデオカメラに向かってスピーチを行った。

実験手続き

参加者は，募集用紙に応募する形式で実験参加した。実験者から実験の目的・概要を聞き，実験に参加するかどうかを判断した上で，実験同意書に記入した。同意をした場合，FNE，PRCS，状態不安(1回目)，特

性不安，BDI から構成される質問紙を回答した。その後，実験者によって，ランダムにネガティブ条件，ポジティブ条件，統制条件のイメージ条件に振り分けられた。指定された過去の状況を一つ特定した上で，その状況を想起し，そのときの自分をイメージするように求められた。実験者が退室後，3 分間一人で過去の状況を想起してもらった。3 分後，再び実験者が入室し，半構造化面接を行った。半構造化面接では，実験者からの質問に口頭で回答した(ここまで研究 3-1 と同じであった)。半構造化面接後，生成したイメージの鮮明さ，状態不安(2 回目)を回答した。

次に，生成した自己イメージを抱いたまま，指定したテーマについてのスピーチを 3 分間行うよう求められた。参加者はスピーチ前に，ビデオカメラに向かって話すことを求められ，録画した映像は心理学を専門とする人物によってスピーチ内容とスピーチ中の様子を評価されることの教示を受けた。教示終了後，発表場所に移動し，準備(1 分間)の後，スピーチを 3 分間行った。スピーチ実施後，スピーチの出来とスピーチ中の自分自身の様子を評価し，状態不安(3 回目)に回答した。最後に，実験者から実験の解説を受け，謝礼を受け取って後に，実験は終了した。

実験時期

研究 3-1 と同様であった。

結果

1. 基礎変数

FNE，BDI，特性不安の平均値と標準偏差をイメージ条件・社交不安群ごとに算出した(Table 5-2-1)。各変数について社交不安群とイメージ

Table 5-2-1 基礎変数の平均値と標準偏差

		ネガティブ条件 (<i>n</i> =21)		ポジティブ条件 (<i>n</i> =20)		統制条件 (<i>n</i> =18)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
FNE	低社交不安群	9.67	4.25	11.43	5.16	11.33	5.74
	高社交不安群	22.78	3.56	23.38	4.35	22.00	3.08
BDI	低社交不安群	7.50	3.32	9.43	5.32	9.78	4.97
	高社交不安群	12.33	8.53	12.77	7.21	9.98	6.49
特性不安	低社交不安群	38.92	5.35	38.57	6.32	39.67	9.71
	高社交不安群	50.78	11.08	52.08	6.10	48.11	8.31
状態不安	低社交不安群	35.58	4.83	38.14	5.43	36.67	5.72
	高社交不安群	43.44	8.41	41.46	6.02	43.00	7.83

条件の2要因分散分析を行った結果、FNE、特性不安で社交不安群の主効果が有意であった(FNE: $F(1, 53)=103.54, p<.001$; 特性不安: $F(1, 53)=28.94, p<.001$)。その他、各要因の主効果・交互作用はみられなかった。高社交不安群は、低群よりも、FNE、特性不安が有意に高かった。

2. イメージの鮮明度

イメージの鮮明さがイメージ条件で異なるかを検討するために、イメージ条件と社交不安群の2要因分散分析を行った。その結果、各要因の主効果と交互作用はみられなかった。各条件における平均得点は3以上(3.67~4.14)であり、鮮明なイメージを生成していたことが確認された。

3. イメージ条件による不安・自己評価への影響(Table 5-2-2)

スピーチの出来

スピーチ課題におけるパフォーマンスの出来について、イメージ条件と社交不安群の2要因分散分析を行った。その結果、各要因の主効果と交互作用はみられなかった。

状態不安(Fig.5-2-1)

イメージ条件と状態不安の測定期との関連を検討するために、測定期を参加者内要因、社交不安群とイメージ条件を参加者間要因とした3要因分散分析を行った。球面性の検定が有意であったので、先行研究に基づき、Huynh-Feldtの ϵ による補正を自由度が1より大きい反復測定の F 値の検定に用いた(入戸野, 2004)。その結果、社交不安群と測定期の交互作用、イメージ条件と測定期の交互作用が有意であった(社交不安群 \times 測定期 $F(2,106)=3.76, p<.05, \epsilon=1.0$; イメージ条件 \times 測定期 $F(4,106)=2.48, p<.05, \epsilon=1.0$)。社交不安群と測定期の交互作用につい

Table 5-2-2 スピーチの出来，状態不安，行動の自己評価の平均値と標準偏差

		ネガティブ条件 (<i>n</i> =21)		ポジティブ条件 (<i>n</i> =20)		統制条件 (<i>n</i> =18)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
スピーチの出来	低社交不安群	2.73	2.61	2.86	2.12	3.67	2.74
	高社交不安群	2.88	2.64	2.54	1.98	3.11	2.57
状態不安(1回目)	低社交不安群	35.58	4.83	38.14	5.43	36.67	5.72
	高社交不安群	43.44	8.41	41.46	6.02	42.33	7.19
状態不安(2回目)	低社交不安群	40.00	7.75	40.86	8.65	36.11	7.36
	高社交不安群	47.00	6.40	38.62	7.47	40.00	7.31
状態不安(3回目)	低社交不安群	44.33	8.99	46.32	10.10	40.89	9.68
	高社交不安群	56.33	10.01	54.23	9.28	49.78	12.91
肯定的行動	低社交不安群	21.17	12.71	18.29	10.90	19.44	12.00
	高社交不安群	15.22	11.98	14.08	10.92	18.22	14.90
全体否定的行動	低社交不安群	18.25	4.11	16.71	5.47	16.44	4.22
	高社交不安群	19.44	3.43	18.62	2.79	17.11	4.11
不安関連行動	低社交不安群	8.25	7.41	8.71	7.30	5.33	5.22
	高社交不安群	16.89	8.91	10.31	6.03	4.67	3.54
BQ全体	低社交不安群	77.33	19.28	79.14	19.82	74.33	16.64
	高社交不安群	93.11	19.28	86.85	15.04	75.56	19.01

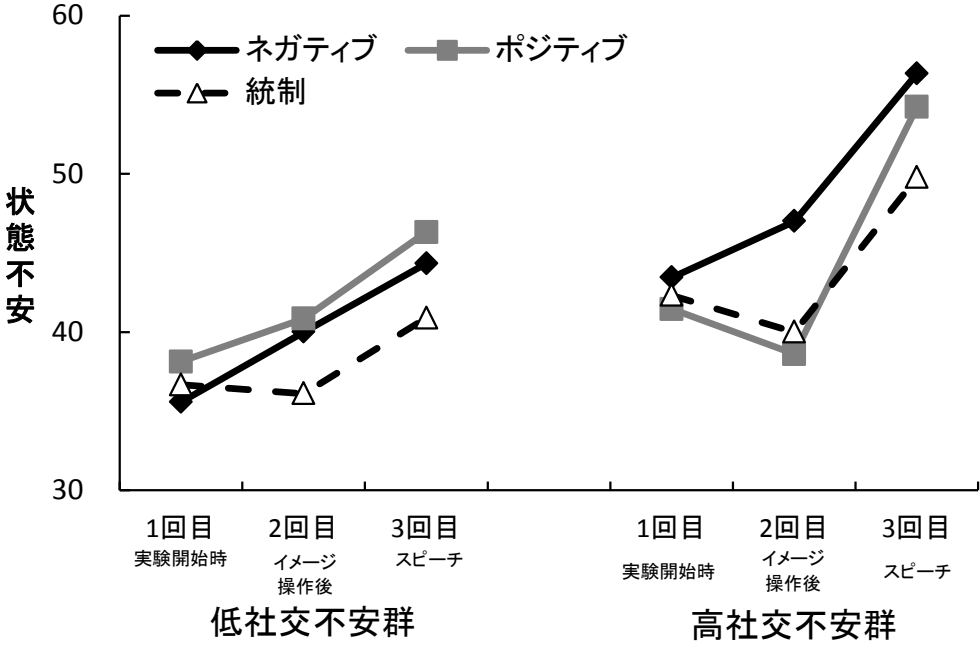


Fig. 5-2-1 各群・各イメージ条件における状態不安の平均値

て単純主効果の検定を行った結果、1回目と3回目において、高社交不安群は低社交不安群と比較して、状態不安が高値であった(ともに $p<.01$)。また低社交不安群と高社交不安群においても単純主効果がみられた(低社交不安群 $p<.01$ ；高社交不安群 $p<.001$)。両群ともに、1回目よりも3回目、2回目よりも3回目のほうが状態不安は高値であった。次に、イメージ条件と測定期の交互作用にも同様の検定を行った結果、各イメージ条件において有意な単純主効果がみられた。ネガティブ条件では、1回目よりも2回目($p<.05$)、2回目よりも3回目($p<.01$)、1回目よりも3回目($p<.001$)の状態不安が高値であった。ポジティブ条件では、1回目・2回目よりも3回目の状態不安が有意に高かった(ともに $p<.001$)。統制条件では、2回目よりも3回目の状態不安が有意に高値であった($p<.05$)。1回目と2回目の比較から、ネガティブ条件では、イメージ生成によって不安が高まり、ポジティブ条件では、イメージ生成によって不安に変化がみられなかった。

行動の自己評価

BQ 全体得点(0～136)、肯定的行動得点(0～72)、全体否定的行動得点(0～24)、不安関連行動得点(0～40)を算出した。各変数について、イメージ条件と社交不安群の2要因分散分析を行った。BQ 全体では、社交不安群の主効果が有意傾向であり($F(1,53)=2.95$, $p<.10$)、高社交不安群は低社交不安群よりも得点が高かった。肯定的行動、全体否定的行動では、各要因の主効果・交互作用はみられなかった。不安関連行動では、交互作用が有意傾向であった($F(2,53)=2.64$, $p<.10$)。単純主効果の検定の結果、ネガティブ条件において単純主効果がみられ($F(1,53)=8.79$, $p<.01$)、高社交不安群は低社交不安群よりも不安関連行動得点が高かった。高社交不安群においても、単純主効果がみられ($F(2,53)=7.72$, $p<.01$)、

ネガティブ条件は，統制条件よりも有意に得点が高値で ($p<.01$)，ポジティブ条件よりも有意傾向で高い値であった ($p=.07$)。不安関連行動の結果を Fig.5-2-2 に示した。

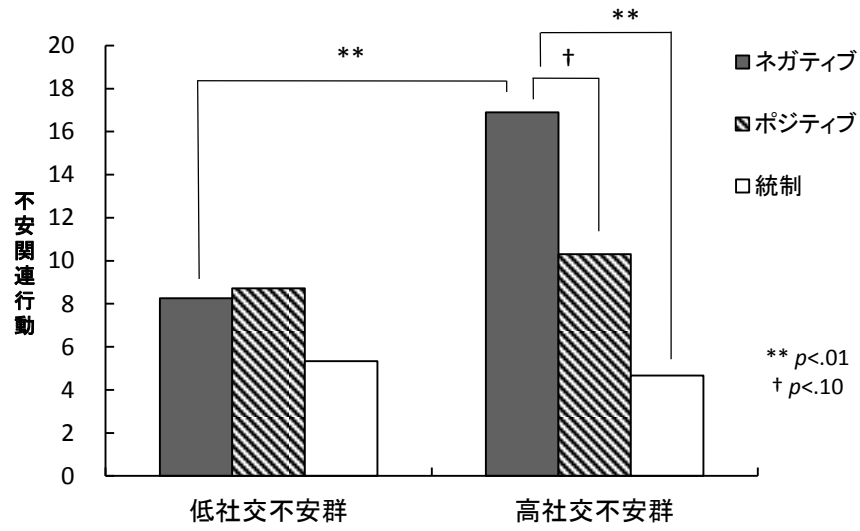


Fig.5-2-2 各群・各イメージ条件における不安関連行動の平均値

考察

本研究の目的は、ネガティブな自己イメージ、ポジティブな自己イメージによるスピーチ中の不安・自己評価に与える影響を検討することであった。

ネガティブな自己イメージによる影響を検討すると、高社交不安群の参加者において、他のイメージ条件と比較して、不安関連行動得点の自己評価が高値であり、赤面や発汗等の行動が他者に目立つと評価していた。これは先行研究と同様であり、社交不安においてネガティブな自己イメージが重要な役割を持つことが確認された。社交不安傾向の高い人は、恐れている症状が反映された、視覚的情報を過剰に強調した観察者視点の自己イメージを作り出すとされる(Hackmann et al., 2000)。症状を強調した自己イメージをもつことで、自己の身体感覚への意識が高まり、小さな手がかりを検出しやすくなる。その結果として、スピーチ中の自己の様子を評価する段階で、より多くの不安症状が目立つと報告したと考えられる。

不安関連行動の自己評価において、ネガティブな自己イメージの影響は、高社交不安群の参加者のみにみられ、低社交不安群の参加者ではみられなかった。この点は、ネガティブな自己イメージの影響が低社交不安群の参加者にみられた研究(Hirsch et al., 2006)とは異なっていた。先行研究では、ネガティブな自己イメージ条件の社交不安傾向の低い人に、過去に不安だったエピソードを想起させた上で、そのエピソードをもとに最悪なシナリオを想像し、その際の自己イメージを生成させており、本研究と比較して情動価がよりネガティブな自己イメージであった可能性が高い。

スピーチの出来の評価は、各要因で差異はみられなかった。スピーチ

の出来を判断する際に、観衆や他者の反応がないために外的判断基準がなく、社会問題を扱うスピーチであったので内的判断基準も曖昧であった。ゆえに、参加者が評価基準を自身の感情状態(不安)に求めた可能性が考えられる。補足的に、スピーチの出来と状態不安(3回目)の相関分析を行うと、有意な負の相関であった($r = -.60, p < .001$)。

作動自己の観点からの考察を加えると、ネガティブな自己イメージ操作において、高社交不安群の参加者の現在の自己は、過去の不安を感じた自伝的記憶との一致度が高かったため、作動自己は一貫性を維持するように認知や行動を制御したと考えられる。一方で、同じイメージ操作において、低社交不安群の参加者の現在の自己は、過去の不安を感じた自伝的記憶における自己との一致度が低かったため、現在の自己との一貫性を維持するためにその記憶とのアクセスが弱まったと考えられる。

ポジティブな自己イメージを保持すると、全体的にイメージ操作後(2回目)の不安は増加しないが、スピーチ後(3回目)にはネガティブ条件と同程度に不安が高まっていた。その一方で、社交不安傾向の高い参加者の不安関連行動はネガティブ条件よりも有意傾向($p = .07$)で得点が低かった。Vassilopoulos(2005)では、ポジティブ条件は、ネガティブ条件よりも不安が低く、自己を肯定的に評価していた。本研究では、状態不安と不安関連行動の結果から、ポジティブな自己イメージの保持により、一時的に不安感の増加は止まること、保持したままスピーチをすることで内面的な不安感は存在するものの、外顕的には不安に関連した様子が他者にあまり見えていないという自己認識に変化が生じていたことが明らかになった。

ポジティブな自己イメージの影響が、先行研究(Vassilopoulos, 2005)と異なっていた部分がある理由として、課題と関連したイメージであっ

た点以外にも、以下の2点が考えられる。第一にポジティブな自己イメージの質の違いである。本研究で生成されたポジティブな自己イメージには、肯定的な様子(e.g. 落ち着いている)や肯定的感情(e.g. 楽しい)だけではなく、否定的な様子(e.g. 緊張したと思われた)や否定的な感情(e.g. 不安・緊張から肯定的感情)が含まれていた(研究 3-1 参照)。外的フィードバックがない実験状況のため、「スピーチ開始時は不安で緊張をしていたが、話をしていくにつれて楽しくなった(不安・緊張から肯定的感情)」といった否定的感情から肯定的感情に変化する機会がなく、不安が維持されたと推測される。その根拠として、イメージ操作後(2回目)において、ポジティブな自己イメージ条件では不安の高まりはみられなかった。先行研究では過去の出来事に基づかないポジティブな自己イメージであったため、否定的な要素は含まれなかったと考えられる。第二に、イメージ生成時の視点が考えられる。本研究では、イメージ生成時に他者から見た自己の様子を強調したため、ネガティブ・ポジティブ条件ともに観察者視点のイメージであった可能性が考えられる。先行研究においては、ネガティブ条件は観察者視点のイメージであったが、ポジティブ条件では明確ではなく、現場視点(あたかも自分の目でみるように)のイメージ生成であった可能性がある。観察者視点の自己イメージ生成は、現場視点からの生成と比較して、ネガティブ思考や安全行動の増加が指摘されている(Spurr & Stopa, 2003)。しかし、本研究では自己イメージの視点を測定しておらず、この可能性をさらに検証することは難しい。今後の研究では、イメージの視点にも着目して検討する必要があると考えられる。

第3節 情動価が異なる自己イメージによる不安・行動の自己評価 と評定者評価の比較(研究3-3)

問題と目的

研究3-2では、異なる情動価の自己イメージが、スピーチでの状態不安・他者から見た自己の行動評価に影響を与えていることが明らかになった。特に、社交不安者は、ネガティブな自己イメージを保持すると、他者に不安症状が気づかれている可能性を高く評価していた。しかしながら、この自己評価は、実際に参加者の不安症状が反映された可能性が考えられる。客観的な評定者評価と自己評価を比較することにより、参加者の自己評価が過大であるかを検証できる。

そこで本研究の目的は、行動、不安、スピーチの出来に対する参加者の自己評価と評定者による評定者評価を比較し、イメージ操作による影響を検討する。

具体的には、評定者2名が、研究3-2で録画したスピーチ課題の映像を視聴し、参加者のスピーチの出来、不安、参加者の行動を評価した。その結果得られた評定者評価得点と、研究3-2で得られた参加者の自己評価得点を比較・検討した。

方法

評定者評価刺激(研究3-2の参加者)

研究3-2で撮影した3分間スピーチの様子を評定者に評価してもらった。実験器具の不備により、評定者評価が実施できなかった統制条件3名(低社交不安群1名、高社交不安群2名)を除外した。このため、評定者評価が行えたのは全56名であり、ネガティブ条件21名(低社交不安

群 12 名, 高社交不安群 9 名), ポジティブ条件 20 名(低社交不安群 7 名, 高社交不安群 13 名), 統制条件 15 名(低社交不安群 8 名, 高社交不安群 7 名)であった。

状態不安・行動の評定者評価(評定者評価)

心理学を専門とする大学院生 2 名(ともに女性)に, 参加者のスピーチ時の状態不安と行動評価を行ってもらった。ビデオカメラで録画したスピーチ映像を視聴し, 評価を行った。実験目的・実験条件がわからない状況で, 評価を行ってもらった。スピーチの出来, 状態不安, 行動について評価を実施した。尺度は参加者が回答した尺度と同じであり, スピーチの出来, 状態不安(STAI), 行動の自己評価であった。

測定変数(評定者評価)

スピーチの出来の評価 1 項目から構成されており, 研究 3-1 と同様であった。「今回のスピーチのきはどうでしたか? 0 (全くよくなかった) - 10 (非常によくできた) で最もよく当てはまる値を○でかこんで下さい。」の教示のあとに, 11 件法で評価をした。

参加者の状態不安の評価(STAI-state) 研究 3-1 で用いた STAI の状態不安の項目と同様であった。一部, 教示文を「心の状態を表現する文章が下に記述してあります。その各文章について, 現在, 発表者がどの程度感じているのか, 該当する番号を○でかこんで下さい。あまり考える必要はありませんが, 現在の発表者の気持ちを最も良く表現しているものに反応するように心掛けて下さい。」と改変して使用した。

参加者の行動の評価(BQ) 研究 3-1 で用いた他者から見た行動の自己評価の項目と同様であった。教示文を改変し, 「今回のスピーチを振り返

って、発表者の行動を、各項目について 0(全く顕著でなかった)–8(かなり顕著だった)で評価してください。」と提示した。

実験時期

2007 年 11 月に実施した。

結果

1. 各変数の評定者間相関

2 名の評定者間評価の一致度を検討するために、スピーチの出来得点、状態不安の得点、行動評価得点(BQ 全体)について、相関係数を算出した(Table 5-3-1)。その結果、スピーチの出来は $r=.84$ 、状態不安は $r=.66$ 、BQ 全体は $r=.74$ の有意な強い相関であった(すべて $p<.001$)。

スピーチの出来、状態不安、BQ 全体において、正の有意な相関がみられたので、スピーチの出来(評定者)、状態不安(評定者)、肯定的行動(評定者)、全体否定的行動(評定者)、不安関連行動(評定者)、BQ 全体(評定者)として、それぞれの合計得点を算出した。

2. 各群・条件間の評定者評価得点の比較

各変数の評定者得点を、社交不安群とイメージ条件ごとに Table 5-3-2 に示した。

Table 5-3-1 各変数の評定者間相関

	相関係数(r)
スピーチの出来	.84 ***
状態不安	.66 ***
BQ全体	.74 ***

*** $p < .001$

Table 5-3-2 各変数における評定者得点の平均値と標準偏差

		ネガティブ条件 (<i>n</i> =21)		ポジティブ条件 (<i>n</i> =20)		統制条件 (<i>n</i> =15)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
スピーチの出来 (評定者)	全体	5.24	2.12	6.23	1.98	5.83	1.59
	低社交不安群	5.63	2.04	6.29	2.78	5.38	1.98
	高社交不安群	4.72	2.24	6.19	1.53	6.36	0.85
状態不安 (評定者)	全体	50.98	5.68	48.18	5.81	46.63	5.22
	低社交不安群	49.38	5.93	45.43	6.75	47.06	5.37
	高社交不安群	53.11	4.83	49.65	4.90	46.14	5.42
肯定的行動 (評定者)	全体	32.02	11.55	38.03	11.46	37.57	7.69
	低社交不安群	34.63	11.39	42.14	13.15	35.50	8.28
	高社交不安群	28.56	11.48	35.81	10.31	39.93	6.77
全体否定的行動 (評定者)	全体	13.48	3.96	12.10	4.06	10.47	3.81
	低社交不安群	12.58	4.17	9.36	4.16	10.69	3.91
	高社交不安群	14.67	3.54	13.58	3.27	10.21	3.99
不安関連行動 (評定者)	全体	2.86	1.45	2.78	1.93	2.17	1.29
	低社交不安群	2.67	1.57	2.79	2.31	1.94	1.59
	高社交不安群	3.11	1.32	2.77	1.80	2.43	0.89
BQ全体 (評定者)	全体	56.31	16.03	48.85	15.39	47.07	11.90
	低社交不安群	52.63	16.42	42.00	17.52	49.13	12.95
	高社交不安群	61.22	14.97	52.54	13.39	44.71	11.08

各変数(評定者)についてイメージ条件と社交不安群の2要因分散分析を行った。その結果、スピーチの出来(評定者)、肯定的行動(評定者)、不安関連行動(評定者)、BQ全体(評定者)では、主効果・交互作用はみられなかった。状態不安(評定者)では、イメージ条件の主効果がみられた($F(2, 50)=3.69, p<.05$)。多重比較の結果、ネガティブ条件は統制条件と比較して、評定者からみた状態不安が有意に高値であった($p<.05$)。その結果を、Fig.5-3-1に示した。

全体否定的行動(評定者)では、イメージ条件の主効果が有意($F(2,50)=3.28, p<.05$)、社交不安群の主効果が有意傾向であった($F(1, 50)=3.43, p<.10$)。多重比較の結果、ネガティブ条件の参加者は統制条件の参加者よりも、全体否定的行動を高く評価された($p=.05$)。高社交不安群は低社交不安群よりも他者から否定的に評価される傾向がみられた($p=.07$)。Fig. 5-3-2に全体否定的行動(評定者)の平均値を示した。

3. 自己評価と評定者評価との比較

自己評価と評定者評価を比較するために、差得点(自己評価－評定者評価)を算出した(Table 5-3-3)。

自己評価と評定者評価を比較するために、各差得点を従属変数としたイメージ条件と社交不安群の2要因分散分析を行った。その結果、状態不安(3回目)の差得点では、社交不安群の主効果が有意傾向で($F(1,50)=2.94, p<.10$)、イメージ条件の主効果・交互作用はみられなかった。高社交不安群は低社交不安群よりも差得点が大きく、不安状態を評定者評価よりも過大に評価した傾向がみられた。肯定的行動の差得点(Fig.5-3-3)では、イメージ条件の主効果が有意傾向であった($F(2,50)=2.63, p<.10$)。

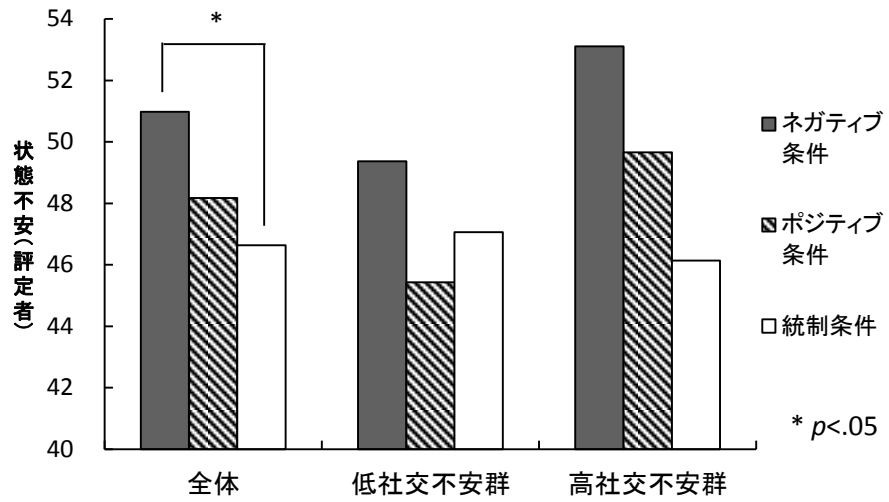


Fig.5-3-1 各群・各イメージ条件における状態不安(評定者)の平均値

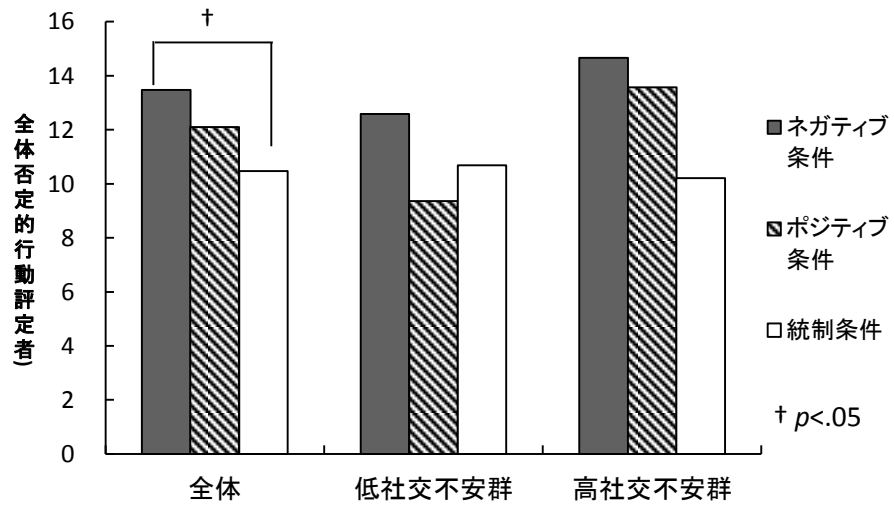


Fig.5-3-2 各群・各イメージ条件における全体否定的行動(評定者)の平均値

Table 5-3-3 各変数における自己評価と評定者評価との差得点の平均値と標準偏差

		ネガティブ条件 (<i>n</i> =21)		ポジティブ条件 (<i>n</i> =20)		統制条件 (<i>n</i> =15)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
スピーチの出来 (差得点)	全体	-2.44	2.51	-3.58	1.96	-2.37	2.63
	低社交不安群	-2.77	2.46	-3.43	2.85	-2.00	2.76
	高社交不安群	-2.19	2.66	-3.65	1.42	-2.79	2.61
状態不安 (差得点)	全体	-1.50	12.03	3.29	8.71	-3.30	8.74
	低社交不安群	-5.04	11.47	0.89	8.31	-4.31	9.68
	高社交不安群	3.22	11.71	4.58	8.97	-2.14	8.14
肯定的行動 (差得点)	全体	-13.40	14.52	-22.48	9.21	-18.70	13.05
	低社交不安群	-13.46	15.38	-23.86	10.57	-18.88	10.90
	高社交不安群	-13.33	14.22	-21.73	8.76	-18.50	16.08
全体否定的行動 (差得点)	全体	5.29	4.76	5.85	3.74	5.80	6.34
	低社交不安群	5.67	4.65	7.36	4.65	5.56	6.37
	高社交不安群	4.78	5.14	5.04	3.05	6.07	6.80
不安関連行動 (差得点)	全体	9.10	8.94	6.98	6.57	2.57	3.90
	低社交不安群	5.58	6.76	5.93	7.03	4.06	4.61
	高社交不安群	13.78	9.67	7.54	6.53	0.86	2.08
BQ全体 (差得点)	全体	27.79	21.52	35.30	13.33	27.07	17.02
	低社交不安群	24.71	21.26	37.14	15.95	28.50	15.31
	高社交不安群	31.89	22.42	34.31	12.29	25.43	19.92

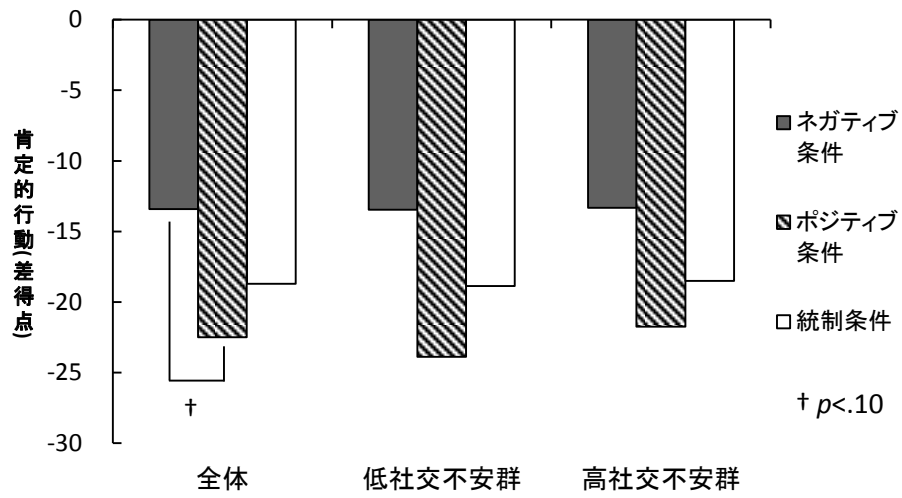


Fig.5-3-3 各群・各イメージ条件における肯定的行動(差得点)の平均値

多重比較の結果，ポジティブ条件はネガティブ条件よりも差得点が小さかった($p=.07$)。不安関連行動の差得点(Fig.5-3-4)では，イメージ条件と社交不安の交互作用が有意であった($F(2,50)=3.25, p<.05$)。単純主効果の検定を行った結果，ネガティブ条件において高社交不安者の参加者は低社交不安群の参加者よりも差得点が大きく($p<.01$)，不安関連行動を評定者評価よりも過大に評価していた。同様に，高社交不安群においてネガティブ条件の参加者は統制条件の参加者よりも差得点が大きく($p<.01$)，不安関連行動を評定者評価よりも過大に評価していた。スピーチの出来，BQ 全体，全体否定的行動の差得点では，有意な主効果・交互作用はみられなかった。

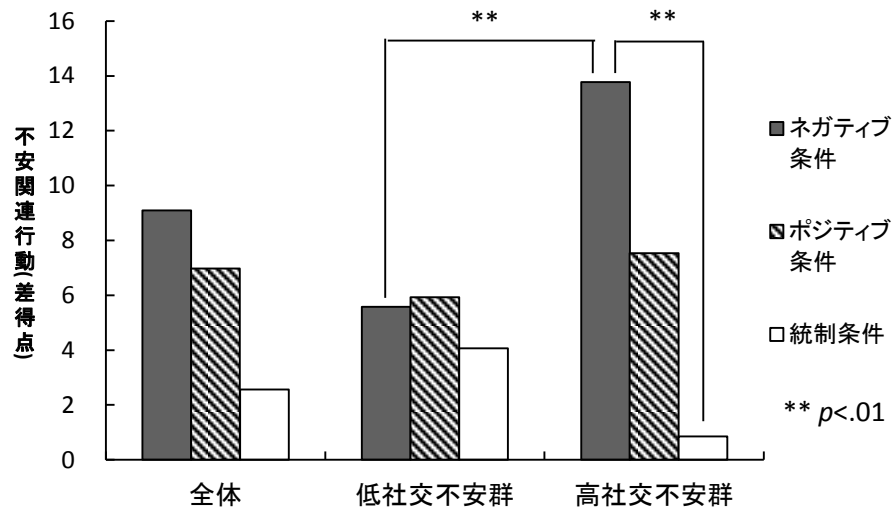


Fig.5-3-4 各群・各イメージ条件における不安関連行動(差得点)の平均値

考察

本研究の目的は、情動価の異なる自己イメージによって、評定者からの評定者評価に差異がみられるか、自己評価と評定者評価の間に差異がみられるかを検討することであった。

本研究の結果から明らかになったこととして、ネガティブな自己イメージによる影響は、客観的評価(評定者評価)にも表れたことである。状態不安と全体否定的行動の評定者評価は、ネガティブ条件の参加者が統制条件の参加者よりも高かった。このことからネガティブな自己イメージの保持によって、実際に他者から見たパフォーマンスも悪化することが示唆された。また自己評価と他者評価との比較では、不安関連行動の差得点で差異がみられた。ネガティブ条件の高社交不安群の参加者は、統制条件の高社交不安者およびネガティブ条件の低社交不安群の参加者よりも、不安関連行動の差得点が大きかった。参加者は不安関連行動を高く報告していたが、その行動は他者評価では検出されなかった。ネガティブ条件の高社交不安者は、汗や手の震えといった不安症状を実際よりも過大視していたことが明らかになった。社交不安者は他者に悪く捉えられることを心配するあまりに安全行動をとってしまい、それが意図せず他者への好意的・社交的な行動を少なくする(Clark & Wells, 1995)と指摘されており、ネガティブな自己イメージによって、外顕的な不安様相や否定的行動が高まったと考えられる。

肯定的行動において、自己評価と評定者評価に差が大きかった。全般的に評定者評価は自己評価よりも高く、参加者は肯定的行動を過小に評価していた。特に、ポジティブ条件では、他条件(ネガティブ)と比較して、肯定的行動を過小評価する程度が顕著であった。ポジティブな自己イメージを生成したことにより、参加者は自己評価する際に、スピーチ

中の様子と生成したポジティブな自己イメージを比較して、厳しい評価を行った可能性が考えられる。その他の変数については、ポジティブ条件は、不安や否定的行動に統制条件との差はみられず、ネガティブ条件と比較して否定的になりすぎない傾向が示された。

第4節 第5章のまとめ

本研究では、情動価が異なる自己イメージによる影響の検討を行った。

研究 3-1 では、情動価の異なるイメージの生成の特徴の検討を行った。その結果、高社交不安群の参加者のネガティブな自己イメージには、緊張感や身体症状だけが含まれており、低社交不安群の参加者のイメージや他のイメージ条件と比較して、肯定的要素が含まれていなかった。

研究 3-2 では、情動価の異なるイメージがスピーチでのパフォーマンス・行動評価に与える影響を検討した。イメージ操作への影響は、高社交不安者のみに起こり、ネガティブな自己イメージの保持によって、不安の増加・不安関連行動の悪化がみられた。ポジティブな自己イメージ保持では、ネガティブな自己イメージ保持よりも不安がやや低く、自己を肯定的に評価していた。ポジティブな自己イメージの保持により、内面的な不安感は存在するものの、外面的には不安に関連した様子が他者にあまり見えていないという自己認識に変化が生じていた。

研究 3-3 では、参加者の自己評価と評定者による評定者評価を比較し、イメージ操作による影響を検討した。その結果、ネガティブな自己イメージの影響は評定者評価にも表れていた。また高社交不安群では、ネガティブ条件は、評定者評価と比較して他者から見える不安関連症状を過大に評価していた。

第5章では、実験的に作動自己の一時的な目標を操作し、参加者には自伝的記憶へのアクセス、自己イメージを生成・維持を求めた。作動自己は、過去の自伝的記憶へのアクセスと現在の自己イメージを維持しながら、現在の自己と一貫性を維持するように符号化・検索が行われるように機能する。本研究においても、社交不安群によって、スピーチ場面

での現在の自己が異なっていたと考えられ、現在の自己との一貫性を維持するように機能した可能性が挙げられる。具体的に述べると、ネガティブな自己イメージ操作において、高社交不安群の参加者の現在の自己は、過去の不安を感じた自伝的記憶での自己との一致度が高かったため、作動自己は一貫性を維持するように機能し、参加者は他者から否定的評価をうける危険性を高く見積り、安全行動をとるといったように、認知や行動を制御したと考えられる。一方で、同じイメージ操作において、低社交不安群の参加者の現在の自己は、過去の不安を感じた自伝的記憶の自己との一致度が低かったため、現在の自己との一貫性を維持するために作動自己とネガティブな記憶とのアクセスが弱まったと考えられる。同時に、作動自己とネガティブさの低い社会的場面での記憶とのアクセスが向上したと推測される。

第6章

視点と身体感覚が異なる自己イメージの影響の検討 (研究 4-1, 研究 4-2, 研究 4-3)

- 第1節 視点と身体感覚が異なるイメージの分析(研究 4-1)
- 第2節 視点と身体感覚が異なる自己イメージによる気分や自己評価への影響(研究 4-2)
- 第3節 視点と身体感覚が異なる自己イメージによる気分・自己評価と評定者評価への影響(研究 4-3)
- 第4節 第6章のまとめ

第1節 視点と身体感覚が異なるイメージの分析(研究4-1)

問題と目的

第5章では、従来検討されていたネガティブな自己イメージの影響に加えて、ポジティブな自己イメージによるスピーチへの影響を検討した。その結果、ネガティブな自己イメージによってスピーチ時の不安や行動の自己評価が悪化していた。ポジティブな自己イメージ保持では、ネガティブな自己イメージ保持よりも不安がやや低く、自己を肯定的に評価していた。ポジティブな自己イメージの保持により、内面的な不安感が存在するものの、外面的には不安に関連した様子が他者にあまり見えていないという自己認識に変化が生じていた。

以上のように、異なる情動価の自己イメージにおいて類似した影響(不安の増加)が出現したことから、情動価以外のイメージの側面に共通要素が存在する可能性が考えられる。

自己イメージの側面として、感覚モダリティの存在が指摘されている。Hackmann et al.(2000)によると、自己イメージは、主に視覚と身体感覚といった感覚モダリティから構成される。視覚は、観察者視点と現場視点の2つの異なる視点がある。自己イメージの視点が社会的状況での不安や自己評価に与える影響を実験的に検討した研究は少ない。Spurr & Stopa(2003)は、実験的にイメージの視点を実験的に操作し、スピーチへの影響を検討している。観察者視点からの自己イメージは、現場視点からの自己イメージと比較して、スピーチ課題を行うと、ネガティブ思考の増大・不安の高まりを示していた。

もう一つの感覚モダリティである身体感覚について、イメージでの身体感覚だけで独立に扱った研究はなく、多くの研究ではイメージの視点

と合わせて用いられている。例えば、Hirsch et al.(2003)では、半構造化面接を用いて、イメージ生成を行っている。面接時の質問項目には、視覚や身体感覚といった内容が含まれている。社交不安において「他者から不安症状がみえているか」は大きな関心事であるため、イメージの中でも身体感覚の有無が、社会的状況での不安や自己評価に大きな影響を与えると考えられる。

そこで本研究では、イメージ生成における視点(現場視点/観察者視点)と身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)を実験的に操作し、イメージ生成に与える影響を検討した。イメージの視点、イメージの身体感覚を実験的に操作することで、生成したイメージの鮮明度・情動価(快・不快度)にどのような影響を与えるか検討する。

方法

実験計画

イメージ教示における視点(現場視点/観察者視点)、イメージ教示における身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)の2つの参加者内要因と、事後に社交不安の程度によって参加者間を2群に分割した社交不安群(低社交不安群/高社交不安群)を参加者間要因とした、3要因混合計画であった。

実験参加者

大学生・大学院生 48 名が実験に参加した。平均年齢は 20.54 歳 ($SD=1.65$)で、性別ごとの人数は男性 18 名と女性 30 名であった。

イメージ生成の操作

イメージ教示 参加者は、これからスピーチする場面を、4回にわたってイメージ生成を行った。イメージの仕方は、4回とも異なり、実験者のイメージの教示により、参加者は異なるイメージを生成した。イメージの教示は、イメージする際の視点(現場視点/観察者視点)とイメージする際に身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)の2要因の組み合わせであり、(A)現場視点×身体感覚あり、(B)現場視点×身体感覚なし、(C)観察者視点×身体感覚あり、(D)観察者視点×身体感覚なしの4タイプの教示から構成された。各条件の具体的なイメージ教示を Table 6-1-1 に示した。教示文は、イメージにおける視点の影響を検討している Spurr & Stopa(2003)の教示文を参考に作成し、本実験の目的に合うように文章を変更した。イメージをする際の視点のみを表す部分と身体感覚を意識してイメージする部分を分け、それぞれ別々に文章を作成した。変更する際にはネガティブな言葉(緊張、不安、汗など)の使用を避け、ニュートラルな教示内容にした。

イメージ教示後の質問 教示通りのイメージを想起してもらうために、教示後にいくつかの質問を行った。教示後に「何かイメージができましたか？差し支えないなら、簡単に教えてください。」と質問した。参加者があいまいな内容を回答したときには、より詳細な回答を求めた。例えば、「緊張しているようにみえる」と参加者が回答した際には、「どのような点から緊張していると思いますか？」と具体的な内容(動作や身体部分の感覚など)を説明するように求めた。実験者は、「視点」「身体感

Table 6-1-1 イメージ操作の教示文

A. 現場視点×身体感覚あり

現場視点	話している間、視線をあなたの周りに向けているところをイメージしてください。例えば、スピーチを行ったときに、聞いている人の表情や動作がみえて、相手の細かいところまで気がつくと思います。ここでは、私しかいませんので、私の表情や動作がどのようにみえているかをイメージしてください。私以外にも、このカメラや部屋の中にあるモノ(周りを指し示す)がみえていると思います。周りのモノが、どのような形や色をしているかをできるだけ詳細にイメージしてください。
身体感覚あり	次に、話している間、可能なかぎり、あなたの身体の状態にも意識をむけてイメージしてください。例えば、スピーチの間、あなたの顔、手、足といった身体(からだ)の部位、そして心臓やその他の内臓といった身体(からだ)の内部は、何かしら変化すると思います。ここでは、スピーチを行っている最中のあなたの身体の変化に注目してイメージしてください。

B. 現場視点×身体感覚なし

現場視点	話している間、視線をあなたの周りに向けているところをイメージしてください。例えば、スピーチを行ったときに、聞いている人の表情や動作がみえて、相手の細かいところまで気がつくと思います。ここでは、私しかいませんので、私の表情や動作がどのようにみえているかをイメージしてください。私以外にも、このカメラや部屋の中にあるモノ(周りを指し示す)がみえていると思います。周りのモノが、どのような形や色をしているかをできるだけ詳細にイメージしてください。
身体感覚なし	※教示なし

C. 観察者視点×身体感覚あり

観察者視点	話している間、あなたがどのようにみられているかをイメージしてください。例えば、スピーチを行ったときに、あなたの自身の外見や様子がどのように見えているのか、あなたの見た目を考えると思います。ここでは、私しかいませんので、私からあなたの外見や様子がどのようにみえているかをイメージしてください。私以外にも、ビデオの向こう側でみている人たちからどのようにみえているかを想像してください。あなた自身を思い浮かべるときに、外部からあなたを眺めているようにイメージしてみてください(ビデオディスプレイを回す)
身体感覚あり	次に、話している間、可能なかぎり、あなたの身体の状態にも意識をむけてイメージしてください。例えば、スピーチの間、あなたの顔、手、足といった身体(からだ)の部位、そして心臓やその他の内臓といった身体(からだ)の内部は、何かしら変化すると思います。ここでは、スピーチを行っている最中のあなたの身体の変化に注目してイメージしてください。

D. 観察者視点×身体感覚なし

観察者視点	話している間、あなたがどのようにみられているかをイメージしてください。例えば、スピーチを行ったときに、あなたの自身の外見や様子がどのように見えているのか、あなたの見た目を考えると思います。ここでは、私しかいませんので、私からあなたの外見や様子がどのようにみえているかをイメージしてください。私以外にも、ビデオの向こう側でみている人たちからどのようにみえているかを想像してください。あなた自身を思い浮かべるときに、外部からあなたを眺めているようにイメージしてみてください(ビデオディスプレイを回す)
身体感覚なし	※教示なし

視点の教示は、Spurr & Stopa(2003)の教示文を改変した

覚」の観点からイメージに関する質問を行い、参加者がイメージできていると判断した時点で、質問を終了した。個人差はあるが、質問時間は1条件につき2分程度であった。参加者は、質問後にこれからのスピーチする場面を、目を閉じて1分間イメージした。

条件のカウンターバランス 視点×身体感覚の組み合わせでできる4条件(A条件, B条件, C条件, D条件)から、カウンターバランスをとって提示順を作成し、参加者はその提示順にランダムに振り分けられた。

測定変数

イメージの鮮明さ 各条件でイメージの鮮明さが異なるかを、操作チェックとして、回答を求めた。0(まったく鮮明でない)から5(とても鮮明である)までの6件法で測定した。

イメージでの視点 本実験ではイメージでの視点を操作しているので、操作チェックとしてイメージでの視点が異なるかの回答を求めた。参加者は“どのような見方でイメージを思い浮かべましたか？”という質問項目について、-3(自分の目でみるように；現場視点)から+3(自分の外側から観察しているように；観察者視点)の7件法で回答した。

イメージでの身体感覚 イメージでの視点と同様に、イメージでの身体感覚の有無を操作しているので、同様にイメージでの身体感覚が異なるかの回答を求めた。参加者は、“イメージではどの程度身体感覚が気になりましたか？”という質問項目に対して、0(まったく)から5(とても)までの6件法で評価した。

イメージの情動価 イメージ教示では、イメージ内容の情動価を指定して操作していないので、イメージの快・不快の程度の回答を求めた。視点や身体感覚を操作することで、異なる情動価を持つイメージを想起す

るのかを検討するために測定した。実験者は、“イメージはあなたにとって快また不快ですか？”という質問項目に対して、 -3 (不快)から $+3$ (快)の7件法で回答した。

基礎変数

参加者の特性を測定するために、実験開始時に年齢、性別、気分、FNE、SPS、SIAS、BDIに回答を求めた。

社会的不安尺度日本版(石川他, 1992) Watson & Friend(1969)が作成した他者からの否定的評価の懸念の程度を測定する尺度(FNE)で、30項目・2件法で構成されている。本研究では、石川他(1992)によって翻訳、標準化された日本版を用いた。国内外で、社会恐怖を測定する尺度として用いられており、本研究でも同様に社交不安の程度を測定する尺度として用いた。“人に馬鹿だと思われるのではないかと心配することは、ほとんどない。”、“馬鹿げたように見えないかとか、馬鹿な真似をして物笑いにならないかとよく心配する。”等の項目に対して、“はい”または“いいえ”の2件法で回答を求めた。石川他(1992)によると、一因子構造で、逆転項目は13項目であった。はいを1点、いいえを0点としてFNE合計得点の算出を行った。一般成人の平均得点は $13.81(SD=8.57)$ 、臨床群の平均得点は $21.97(SD=7.38)$ である(石川他,1992)。本研究での信頼性係数は $\alpha=.90$ で十分な値であった。

Social Phobia Scale 日本語版(金井他, 2004) Mattick & Clarke(1998)が作成した「他者から観察される社会的状況、主として人前でのパフォーマンス状況に対する恐怖」を測定する尺度(以下SPS)で、20項目・5件法で構成されている。本研究では、FNEの程度で分割された群の妥当性を確認するために使用した。金井他(2004)により、日本語

版が標準化された。“人が自分の行動を奇妙だと思わないかと心配する”“人が自分を見ていることがわかると、ぎこちなくなったり緊張したりする”などから構成され、各項目に対して、0(まったくあてはまらない)から 4(非常にあてはまる)の選択肢の 1 つに回答した。金井他(2004)によると、一因子構造で、「他者からみられることに対する不安」が因子としてあげられる。先行研究では、信頼性係数は $\alpha = .91$ であり、本研究でも $\alpha = .90$ で十分な値であった。

Social Interaction Anxiety Scale 日本語版(金井他, 2004) SPS と同時に Mattick & Clarke(1998)によって作成された「人との会話やつきあいのような他者と交流する状況に対する恐怖」を測定する尺度(以下 SIAS)である。SPS 同様に、本研究では FNE の程度で分割された群の妥当性を確認するために使用した。本尺度は、その標準化された日本語版である。20 項目・5 件法で、“人前で何を話したらよいかわからないと心配する”“同世代の人と友達になるのはたやすい”といった項目から構成される。金井他(2004)によると、「対人交流に対する不安」と「対人交流場面における効力感の低さ」の 2 因子構造である。各項目に対して、0(まったくあてはまらない)から 4(非常にあてはまる)の選択肢の 1 つに回答した。金井他(2004)は信頼性係数を $\alpha = .72 \sim .92$ と報告しており、本研究では $\alpha = .86$ という十分な値であった。

ベック抑うつ尺度(林・瀧本, 1991) Beck Depression Inventory(BDI)は、抑うつ状態を測定するために、Beck et al. (1979)によって作成された尺度で、21 項目 4 件法からなる。本尺度はその日本語版である。本実験では、高い抑うつを示す参加者をスクリーニングするために用いた。各項目は“0—私は落ち込んでいない。”、“1—私は落ち込んでいる。”、“2—私はいつも落ち込んでいるから急には元気にはなれ

ない。”，“3—私はとてもがまんできないほど落ち込んでいるし不幸だ。”
 というように，4つの文章から構成されており，当てはまる選択肢を1
 つ選択し(同じ程度のものがあれば複数)回答するものであった。「この質
 問紙のそれぞれの質問文をよく読んでください。そして最近の気持ちを
 最もよく表している質問文を，各質問の中からそれぞれ一つ選択して，
 その番号に○をつけてください。それぞれの質問に同じ程度の質問文(選
 択肢)が複数あれば，複数に○をつけてください。○をつける前に，各質
 問の質問文を全部読んでください。」という教示文を読んだ上で回答した。
 信頼性係数は $\alpha=.77$ で，十分な値であった。

実験手続き

担当教員の許可のもと，授業時間また授業終了後に「実験へのご協力
 のお願い」と題した募集用紙を配布し，実験協力者を募った。募集用紙
 には，①研究のテーマ，②実験の内容(スピーチ課題とイメージ課題を行
 い，質問項目に回答すること)，④実験時間(60分程度かかる実験である
 こと)，⑤自由意思による協力(自由意思であり参加の可否による不利益
 が生じないこと)，⑥同意後の実験参加取り消し(同意後でも参加の取り
 消しが可能なこと)，⑦実験の心理的影響(スピーチ課題を行うため，若
 干の心理的負荷がかかること)，⑧謝礼(協力への謝礼があること)を記載
 した上で，募集時に口頭でも繰り返し説明を行った。以上を踏まえた点
 で，実験への協力していただける学生には，「実験に協力してもよい」を
 ○で囲み，名前と連絡先(E-mail アドレス)，協力可能な曜日と時間帯の
 記入を求めた。後日，実験者から参加者に連絡し，実験参加日時を調整
 した。

A フェーズ 実験開始時にも，繰り返し実験説明と倫理面の説明を行

った。一通り説明した後、質問の有無を問い、以上の実験説明と倫理面の説明を十分理解した上で、実験に参加する場合には、同意書に署名してもらい、実験参加の同意とした。同意後に質問紙1(年齢、性別、気分、FNE, SPS, SIAS, BDI)への回答を求めた。回答終了後、今回のスピーチが自己紹介であること、原稿をそのまま読んで自己紹介を行うことを告げた。原稿を手渡し、空欄を埋めて原稿を作成することを求めた。原稿完成後、以下のように教示した。

今回のスピーチでは、この原稿をもって、ホワイトボードの前に立ち、私とビデオに向かって自己紹介を行っていただきます。注意事項として、今作っていただいた原稿を一文字も間違えずに、原稿を見る回数をできるだけ少なくして、うまくなめらかに(流暢に)自己紹介をしてください。自己紹介の間、私(実験者)はここに座って(椅子を示す)聞いています。スピーチ中、あなたの原稿を間違えた回数と原稿をみた回数をチェックして評価します(下線部を強調して教示)。今、原稿をみていただいて、そのまま読める原稿になっていますか？

手直しが必要な場合は原稿の修正を求め、完成した原稿の内容を実験者が紙に控えた。これは、実験者が本当にスピーチ中に評価すると信じてもらうために行い、参加者の目の前で見えるように作成した原稿を転記した。その間、実験者は休憩をとった。

B フェーズ これから自己紹介する場面をイメージするイメージ教示を行った。イメージ教示は、提示順リストに従い提示した。教示を行った後、イメージを鮮明にする質問を行い、閉眼で1分間、可能な限り鮮明にイメージすることを求めた。イメージ終了後に、質問紙2に回答し

てもらった。質問紙 2 は、気分(1 回目)、イメージの鮮明さ、イメージでの視点、イメージでの身体感覚、イメージの情動価で構成された。スピーチを実施した後、イメージ操作を変えて B フェーズを 4 回目まで行った。

実験時期

2008 年 11 月中旬から 12 月にかけて実験を行った。

結果

1. 参加者の群分け(低社交不安群・高社交不安群の作成)

社交不安傾向の程度と従属変数との関連を検討するために、FNE 得点を基準にして、低社交不安群と高社交不安群を事後に分割した。FNE 得点の中央値($Mdn=21.00$)を基準として、20 点以下を低社交不安群、22 点以上を高社交不安群に設定した。カウンターバランスをとるため、中央値上に属する 4 名の参加者(男性 2 名、女性 2 名)は、SPS 得点と SIAS 得点と基準に低社交不安群 2 名、高社交不安群 2 名に分割して振り分け、人数が 48 名の群になるように群分けを実施した。

その結果、低社交不安群は 24 名(男性 12 名、女性 12 名)、高社交不安群は 24 名(男性 6 名、女性 18 名)となった。群間差を検討するために、FNE 得点を比較したところ、有意な差が確認された($t(46)=9.04, p<.001$)。

2. イメージの分析

条件ごとのイメージの差異を検討するために、イメージ生成後、イメージの鮮明さ、イメージでの視点、イメージでの身体感覚の程度、イメージの情動価を回答してもらった。参加者全体および高社交不安群・低

社交不安群それぞれにおいて、視点×身体感覚を組みあわせた各条件(現場視点・身体感覚あり/現場視点・身体感覚なし/観察者視点・身体感覚あり/観察者視点/身体感覚なし)でのイメージ項目の平均値と標準偏差を Table 6-1-2 に示した。イメージ条件間の差異を検討するために、各変数を従属変数とした 3 要因の分散分析(社交不安の程度×視点×身体感覚)を行った。各変数における 3 要因分散分析の主効果と交互作用の F 値と有意確率を Table 6-1-3 に示した。

イメージの鮮明さ 3 要因分散分析を行った結果、社交不安群の主効果($F(1,46)=4.28$, $p<.05$)と視点の主効果($F(1,46)=5.09$, $p<.05$)がみられた。低社交不安群($M=3.39$)は、高社交不安群($M=2.92$)よりも、教示されたイメージをより鮮明に形成していた。視点では、現場視点のイメージ($M=3.30$)は、観察者視点のイメージ($M=3.00$)よりも鮮明にイメージされていた。身体感覚の主効果、その他の交互作用はみられなかった。Fig.6-1-1 に結果を示した。

イメージでの視点 3 要因分散分析を行ったところ、視点の主効果($F(1,46)=269.22$, $p<.001$)と、視点×身体感覚の交互作用($F(1,46)=7.34$, $p<.01$)がみられた。交互作用がみられたので単純主効果の検定を行った結果、観察者視点条件で、身体感覚あり($M=1.46$)よりも身体感覚なし($M=2.04$)の得点が高くなっており、5%水準で有意な差がみられた。観察者視点条件でも身体感覚教示が存在しないと、外側から自己をイメージする程度が強まることが示された。また視点の主効果がみられたことから、実験操作通りの視点からイメージ生成していたことが確認された。Fig.6-1-2 に結果を示した。

イメージでの身体感覚 3 要因分散分析を行った結果、身体感覚の主

Table 6-1-2 各群・各イメージ条件におけるイメージ属性に関する件数の平均値と標準偏差

		現場視点				観察者視点			
		身体感覚あり		身体感覚なし		身体感覚あり		身体感覚なし	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
イメージの鮮明さ	全体	3.23	1.13	3.38	1.02	2.90	0.99	3.10	1.15
	低社交不安群	3.46	1.02	3.54	0.88	3.12	0.99	3.42	1.18
	高社交不安群	3.00	1.22	3.21	1.14	2.67	0.96	2.79	1.06
イメージでの視点	全体	-1.31	1.60	-1.87	1.58	1.46	1.20	2.04	1.22
	低社交不安群	-1.46	1.64	-2.00	1.79	1.54	1.18	2.29	1.08
	高社交不安群	-1.17	1.58	-1.75	1.36	1.38	1.24	1.79	1.32
イメージでの身体感覚	全体	2.81	1.33	1.58	1.18	2.60	0.96	1.85	1.29
	低社交不安群	2.75	1.45	1.67	1.34	2.75	0.85	1.79	1.44
	高社交不安群	2.88	1.23	1.50	1.02	2.46	1.06	1.92	1.14
イメージの情動価	全体	-0.60	0.87	-0.42	0.77	-0.81	1.00	-0.54	1.13
	低社交不安群	-0.63	0.82	-0.42	0.83	-0.58	0.97	-0.33	1.01
	高社交不安群	-0.58	0.93	-0.42	0.72	-1.04	1.00	-0.75	1.22

参加者全体($N=48$) 低社交不安群($n=24$) 高社交不安群($n=24$)

Table 6-1-3 イメージの属性各変数についての3要因分散分析の主効果と交互作用

従属変数	主効果または交互作用	F値
イメージの鮮明さ	社交不安群	4.28 *
	視点	5.09 *
	社交不安群×視点	0.30
	身体感覚	2.25
	社交不安群×身体感覚	0.01
	視点×身体感覚	0.09
	社交不安群×視点×身体感覚	0.49
イメージの視点	社交不安群	0.03
	視点	269.22 ***
	社交不安群×視点	2.20
	身体感覚	0.00
	社交不安群×身体感覚	0.21
	視点×身体感覚	7.34 **
	社交不安群×視点×身体感覚	0.12
イメージでの身体感覚	社交不安群	0.04
	視点	0.06
	社交不安群×視点	0.06
	身体感覚	35.05 ***
	社交不安群×身体感覚	0.04
	視点×身体感覚	3.29 †
	社交不安群×視点×身体感覚	1.80
イメージの情動価	社交不安群	0.97
	視点	3.58 †
	社交不安群×視点	6.76 *
	身体感覚	4.38 *
	社交不安群×身体感覚	0.00
	視点×身体感覚	0.17
	社交不安群×視点×身体感覚	0.04

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

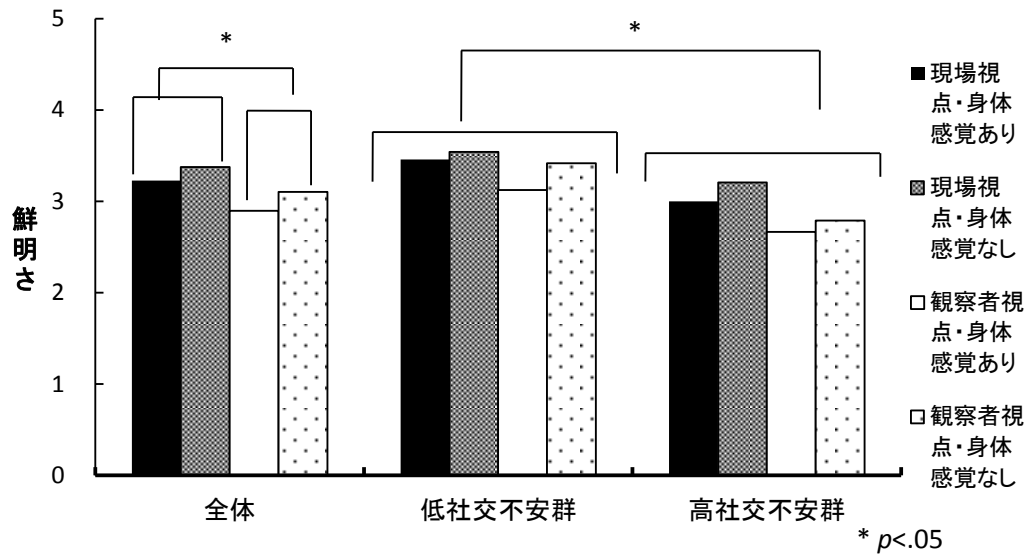


Fig.6-1-1 各群・各条件におけるイメージの鮮明さ得点の平均値

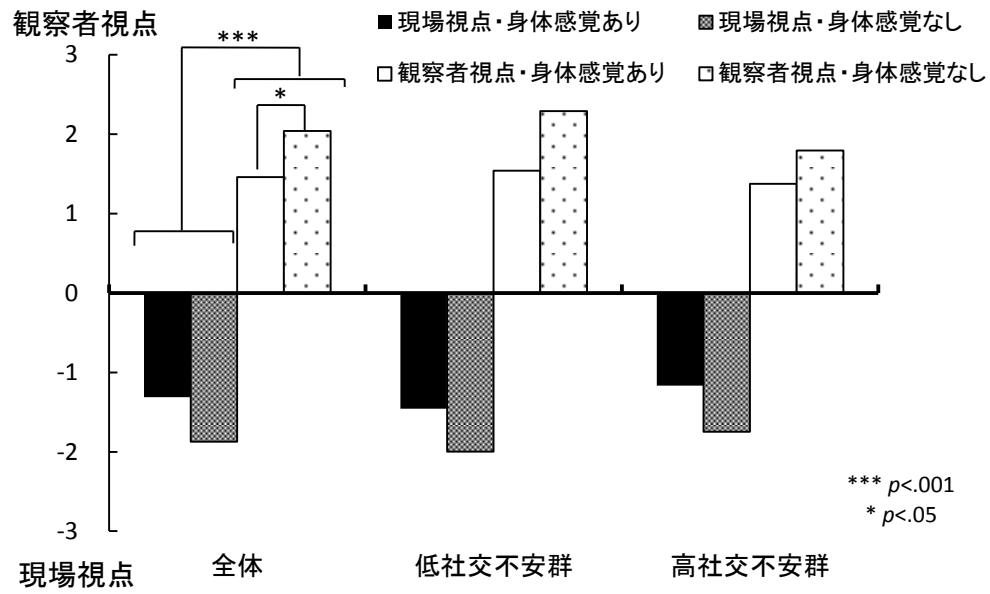


Fig.6-1-2 各群・各条件におけるイメージの視点得点の平均値

効果($F(1,46)=35.05$, $p<.001$)がみられ、視点×身体感覚の交互作用が有意傾向であった($F(1,46)=3.29$, $p<.10$)。視点×身体感覚の交互作用が有意傾向($p=.08$)であったので、単純主効果の検定を行ったところ、身体感覚なし条件で視点に有意傾向な差がみられ、現場視点条件($M=1.58$)よりも観察者視点条件($M=1.85$)のほうがより身体感覚を感じる傾向にあった。また身体感覚の主効果がみられたことから、実験操作通りに身体感覚をイメージできていたことが確認された。Fig.6-1-3 に結果を示した。

イメージの情動価 視点や身体感覚により、イメージの快－不快の程度に差が生じるかどうかを検討した。3 要因分散分析を行った結果、社交不安の程度と視点の交互作用($F(1,46)=6.76$, $p<.05$)がみられ、身体感覚の主効果が有意であった($F(1,46)=4.38$, $p<.05$)。交互作用がみられたため、単純主効果の検定を行ったところ、高社交不安群での視点の単純主効果が有意であった。高社交不安群の参加者は、観察者視点でイメージを生成する($M=-0.90$)と、現場視点で生成する($M=-0.50$)よりも、イメージをより不快に感じていた。Fig.6-1-4 に結果を示した。

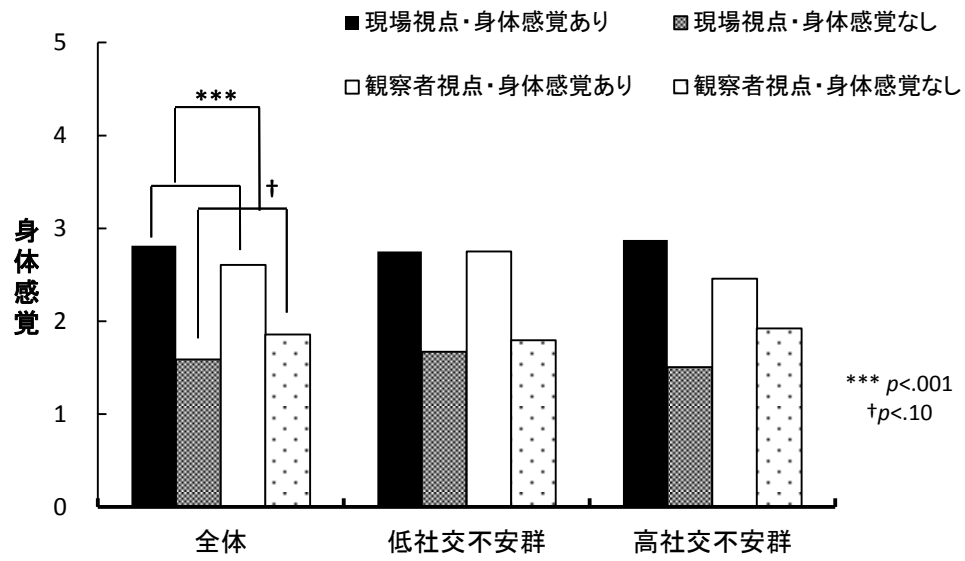


Fig.6-1-3 各群・各イメージ条件におけるイメージでの身体感覚の平均値

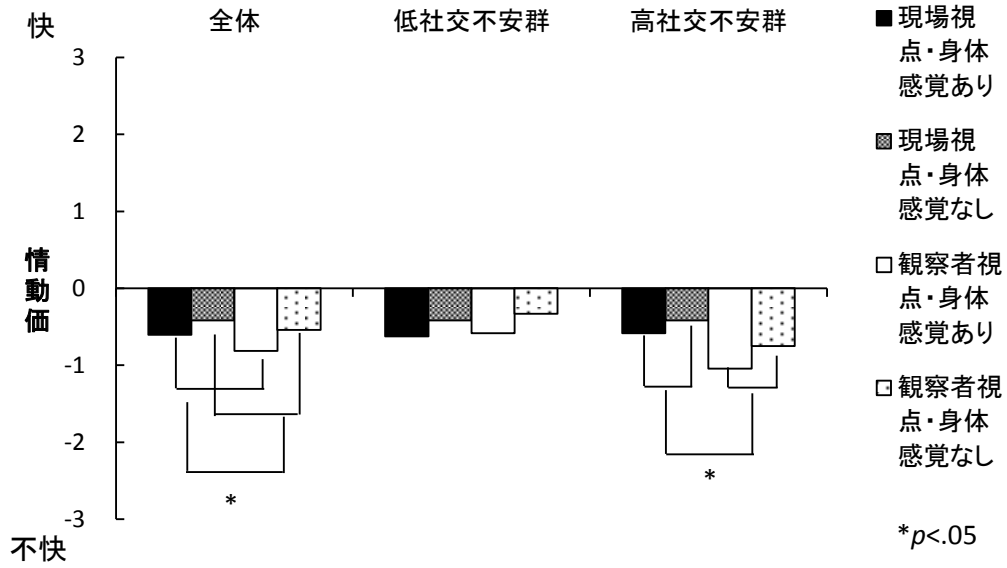


Fig. 6-1-4 各群・各条件におけるイメージでの情動価得点の平均値

考察

本研究の目的は、イメージにおける視点と身体感覚を実験的に操作し、イメージ生成への影響、そして社交不安との関連を検討することであった。実験的にイメージでの視点と身体感覚を操作し、社交不安の程度との関連から生成時のイメージの違いを検討した。社交不安の程度によってイメージに差異が生じるかを検討するために、イメージの鮮明さ、イメージでの視点、イメージの身体感覚、イメージの情動価を測定した。

関連する結果をまとめると、第一に、観察者視点からのイメージの鮮明さは現場視点からのイメージと比較して低く、全体として社交不安が高い人は、イメージの鮮明さが低かった。第二に、観察者視点からのイメージと現場視点からのイメージに、身体感覚のイメージを追加すると、視点のイメージのみよりも、視点得点が低下した。一方、身体感覚を意識しないで想起した現場視点のみのイメージと観察者視点のみのイメージを比較すると、観察者視点で身体感覚をより意識していた。最後に、イメージは全体的に不快なイメージで、社交不安が高い人は、現場視点と比較して観察者視点からイメージを行うと、不快感が高まった。一方、社交不安が低い人には視点による不快感に差異がみられなかった。

イメージした状況は自己紹介課題(スピーチ課題)時であり、社交不安傾向の高い人にとって不安喚起場面である。小泉(1997)の研究でも、スピーチ不安者がスピーチ場면을想起するとイメージの鮮明度が低下することが示されている。小泉(1997)によると、この鮮明度の低下は、社交不安傾向の高い人の防衛や抵抗、あるいは回避によるものと考えられ、同様の結果が本研究でも示されたといえる。同時に、現場視点で想起したほうが観察者視点よりも鮮明度が高かった。実験参加者の感想を参考とすれば、現場視点と比較して、観察者視点からのイメージは想起が困

難であると報告された。現場視点は、部屋にある物体(ビデオカメラ・カーテンなど)や実験者といった自分の目で見えている物や人を多少改変してイメージしたのに比較して、観察者視点からのイメージは、実際にみえていないもの(外部から見た自分)をイメージすることとなり、イメージする際の困難度が高く鮮明さが低下したと考えられる。

イメージ視点については、視点と身体感覚の交互作用がみられた。視点得点は、「現場視点(-3) < 現場視点×身体感覚なし($M=-1.87$) < 現場視点×身体感覚あり($M=-1.31$) < 中間点(0) < 観察者視点×身体感覚あり($M=+1.20$) < 観察者視点×身体感覚なし($M=+2.04$) < 観察者視点(+3)」であった。身体感覚(身体感覚)をイメージ教示に追加すると、イメージでの視点が弱まり、得点が低下した。田中・佐々木(1994)によると、視覚イメージを想起しながら、同時に身体感覚に意識を向けることの困難さが指摘されている。本研究も、視覚イメージの生成に身体感覚イメージが妨害要因として働き、身体感覚を含めたイメージ条件では視覚イメージのみの条件と比較して、視点が弱く報告されたと考えられる。

イメージの快・不快は、全体的に不快なイメージであった。参加者の生成したイメージを報告してもらうと、「緊張している様子(観察者視点)」や「実験者が紙にチェックしている(現場視点)」,「心臓がドキドキする(身体感覚あり)」といったネガティブなイメージであるか,「(自分の)外見は普段と変わらない(観察者視点)」,「カーテンがみえる(現場視点)」や「身体に変化はない(身体感覚あり)」といったニュートラルなイメージで、ポジティブなイメージはほとんど報告されなかった。社交不安の高い参加者が観察者視点からイメージを生成すると、他の条件より不快に感じている程度が高かった。一方、社交不安の低い参加者には、視点によって不快感の差異は生じなかった。社交不安の程度によって異なる結

果が得られた理由として、観察者視点からの自己イメージの質的な違いが挙げられる。Spurr & Stopa(2003)の研究では、社交不安が高い人と社交不安が低い人との観察者視点からの自己イメージは質的に異なり、社交不安が低い人の観察者視点からの自己イメージは、社交不安が高い人と比較してよりポジティブで現実的であった可能性を指摘している。本研究においても、社交不安特性による質的なイメージの違いが生じたと考えられる。社交不安が低い人にとっては観察者視点からイメージは「客観的な自分の様子」であり、Dispassionate Observer 機能であった。その一方、社交不安が高い人にとっての観察者視点からのイメージは「ネガティブで不快な自分の様子」であり、Salient Self 機能をもっていたと考えられる。

第2節 視点と身体感覚が異なる自己イメージによる気分や自己評価への影響(研究4-2)

問題と目的

研究4-1では、自己イメージの主要な感覚モダリティである視点(現場視点/観察者視点)と身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)を実験的に操作し、イメージを生成してもらった。視点、身体感覚によるイメージ生成の特徴を明らかになったが、実際にイメージが社会的場面でどのような影響をもつのかは明らかになっていない。

そこで本研究では、作動自己に働きかけ、イメージ生成における視点(現場視点/観察者視点)と身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)を実験的に操作し、イメージ保持による気分・スピーチの出来・行動の自己評価への影響を検討した。具体的には、研究4-1と同時に実施し、各イメージ生成が終わった後すぐにスピーチを行ってもらった。

方法

実験計画

研究4-1と同じく、イメージの視点(現場視点/観察者視点)とイメージの身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)と社交不安群(低社交不安群/高社交不安群)の3要因混合計画であった。加えて、気分に関する変数については、イメージ後(1回目)とスピーチ中(2回目)に繰り返しの測定を行ったので、上記の3要因に測定期(1回目/2回目)の被験者内要因を加えた、 $2 \times 2 \times 2 \times 2$ の4要因混合計画であった。

実験参加者

研究 4-1 と同様であった。

イメージ生成の操作

研究 4-1 と同様であった。

スピーチ課題

本研究では、社会的場面でのパフォーマンスを測定するために、スピーチ課題を実施した。スピーチ課題として、自己紹介の原稿を実験者とビデオカメラに向かって読むという課題を行った。多くの研究ではテーマを与えて 30 秒準備、3 分スピーチという課題が用いられている (Spurr & Stopa, 2003)。本研究では、イメージ教示を変えて 4 回スピーチを繰り返す関係上、同じ課題であるほうが望ましいと考え、原稿を間違えずに読む課題を採用した。

基礎変数を回答した後に、自己紹介で用いる原稿を作成することを求められた。参加者は空欄を含んだ状態の原稿を受け取り、ボールペンで空欄に直接記入し、原稿を完成した。スピーチ課題の内容を説明し、原稿をそのまま読むこと、最後に簡単な自己アピールを行うこと、自己アピールは 4 回とも異なった内容を話すよう求めた。

イメージの特徴を測定する変数(研究 4-1 の変数)と気分に関する変数に回答した。その後、原稿をもったままで、スピーチを行った。練習時間は一切与えなかった。スピーチ課題の緊張度を上げるために、①原稿を一字一句間違えずに読むこと、②原稿を見る回数を極力減らすこと、③可能な限りなめらかに(流暢に)読むことを教示し、前者 2 つに関しては実験者が目の前で聞きながら回数をカウントし、ビデオカメラに録画

して、後日心理学を専門とする大学院生にスピーチ中の様子とスピーチの出来が評価されると教示した。

イメージを維持しながらスピーチ課題を行ってもらうため、イメージ後とスピーチ開始直前に、イメージの維持を教示し、イメージ生成後の質問項目を回答後すぐにスピーチ課題に移った。

スピーチは、実験者の合図で開始し、原稿の文章・自己アピールまで話し終わると終了した。スピーチ時間は約 1 分から 2 分程度であった。以上のスピーチ課題を、異なるイメージ操作をした後に同様に繰り返し、4 回反復して行った。

測定変数

研究 4-1 の項目に加えて、以下の項目を測定した。

気分 Visual Analog Scale を用いて、実験開始後、各イメージ教示後(1 回目)、各スピーチ課題後(2 回目)に、気分の測定を繰り返し行った。本研究では、イメージ想起とイメージ保持をしたままのスピーチ課題によって、気分の変化が生じるかを検討するために使用した。Visual Analog Scale は Aitken(1969)により提唱され、感情といった主観的現象を測定することに適しているとされる。気分尺度は、怒り、喜び、不安、落ち込みの 4 項目によって構成され、0(まったくない状態)から 100(想像できる最も高い状態)までの 100mm の直線上に、今の気分に当てはまる場所(スピーチ課題後は“スピーチ中の気分に当てはまる場所”)に縦線を引くことにより測定した。0 からの距離(mm)を得点とした。

行動の自己評価(Behavior Questionnaire 以下 BQ) Stopa & Clark (1993)と Mansell & Clark(1999)が使用した Behavior Checklist からスピーチ場面に適した 18 項目を選定した。他者から見たスピーチ中の自

分の振る舞いや様子を評価する尺度で、肯定的行動(positive behavior)9項目、否定的行動(negative behavior)9項目であった。否定的行動は、全体的な否定的行動を示す全体否定的行動(global negative behavior)3項目と、社交不安と関連した否定的行動である不安関連行動(anxiety-related behavior)6項目から構成される(Mansell & Clark, 1999)。Hirsch et al(2003)にならい、BQ全体得点、肯定的行動得点、全体否定的行動得点、不安関連行動得点を算出した。BQ全体得点は、肯定的行動各項目を逆転した上での18項目の合計得点であり、得点が高いほどよいパフォーマンスを示す。肯定的行動得点は肯定的行動(自信たっぷりな、好まれる、リラックスした、熱心な、有能な、自信に満ちた、魅力的な、自己主張の強い、流暢な)の合計点、全体否定的行動得点は全体否定的行動(ぎこちない、困惑した、落ち着かない)の合計点、不安関連行動得点は不安関連行動(手がぶるぶる震えた、声が震えた、汗が出た、赤面した、息が荒い)の合計点であった。各項目について、0(全く目立たなかった)から8(かなり目立った)の9件法で回答した。

スピーチの出来 参加者はスピーチ課題後に、スピーチの出来について自己評価を行った。“今回のスピーチはどの程度できましたか”という質問項目に対して、0(できなかった)から5(できた)の6件法で回答した。

イメージの維持の程度 スピーチ中、参加者はスピーチ前に生成したイメージを保持するよう求められていた。スピーチ後にイメージを維持できた程度を回答した。同時にイメージ条件によって、維持の程度が異なるかを検討するために測定した。参加者は“スピーチを行っている間、どの程度イメージを維持できましたか”という項目に対して、0(維持できなかった)から5(維持できた)の6件法で評価した。

スピーチ中の注意の向き 保持したイメージ違いによって、スピーチ

中に注意の向き(自分と周り)が変化するかを検討するために測定した。実験参加者は、“スピーチの間、どちらに意識を向けていましたか”という項目に対して、-3(自分)から+3(周り)の7件法で回答した。

実験手続き(Fig.6-2-1)

研究4-1と同時に実施したため、実験者募集、実験説明、同意取得については、同様であった。本研究のスピーチ課題は、研究4-1のAフェーズ(基礎変数測定・スピーチ原稿作成)、Bフェーズ(イメージ生成)に続いて実施した。具体的には、Bフェーズの後にCフェーズ(スピーチ課題)を行い、その操作を4回繰り返した。以下、Cフェーズからの手続きを記載した。

Cフェーズ イメージの測定変数と気分(1回目)に回答した後、生成したイメージを忘れないように求めた。スピーチ課題に移る前に次の教示を行った。

では、次の課題を行っていただきます。次の課題はこちらの原稿を読んで、自己紹介を行っていただきます。自己紹介は、ホワイトボードの前にたって、私とカメラの方を向いて行ってください。ただし、原稿は可能なかぎり見ずに、文章を間違えないように、できるだけうまく、なめらかに読めるように頑張ってください。原稿に目を向けた回数と間違えた回数はこちらでカウントして評価いたします。

私ももちろん評価いたしますが、自己紹介はビデオで録画して、あとで、心理学を専門とする大学院生が、そのビデオを見て、あなたのスピーチのうまさやスピーチ中の様子を評価します。それでは原稿をもってどうぞ。(下線部を強調して提示)

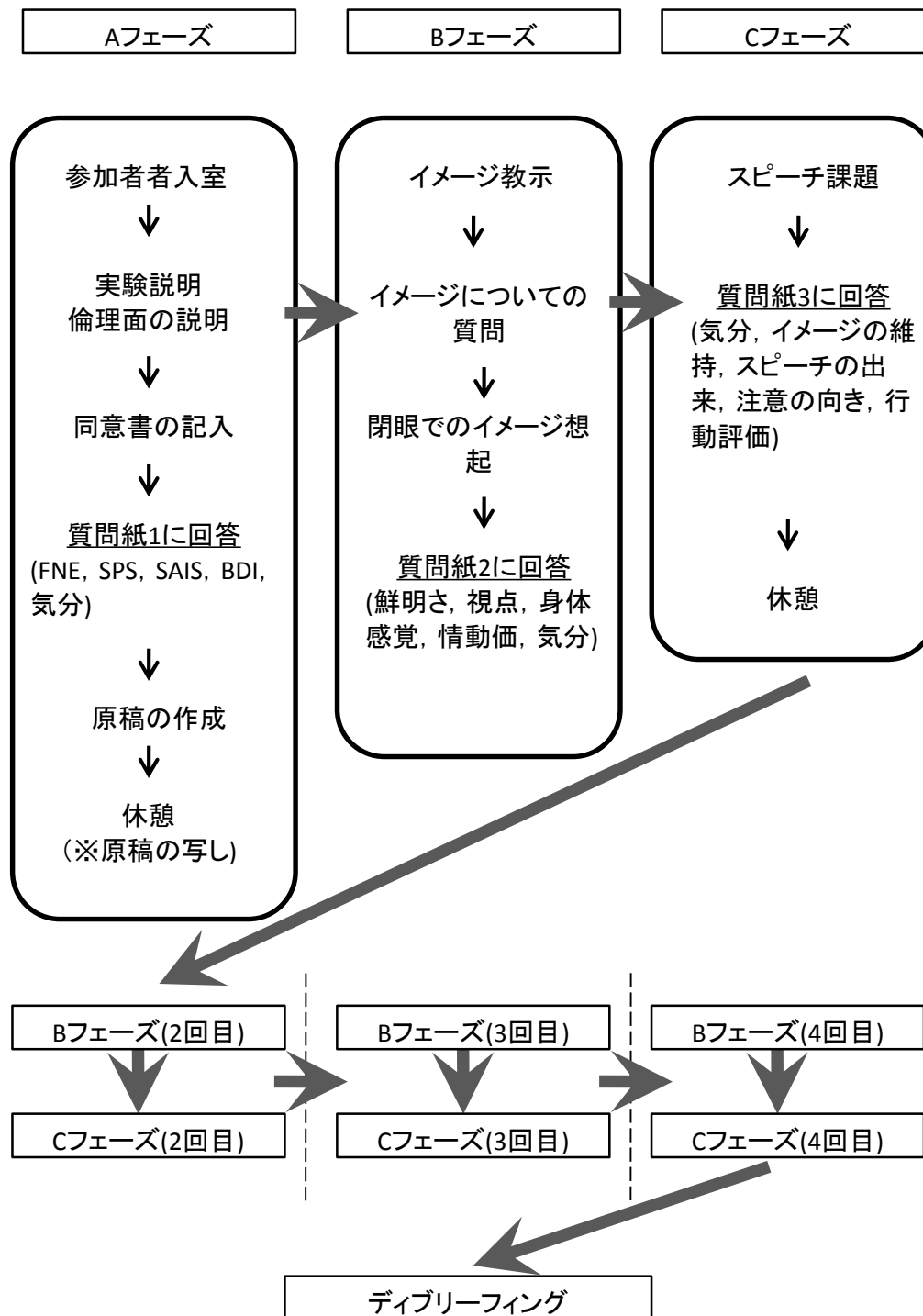


Fig. 6-2-1 実験の流れ

教示後、参加者に原稿をもった状態でホワイトボード前に移動を求めた。移動後、再度直前に生成したイメージを思い出し、スピーチの間できるだけ維持するよう求めた。自己紹介は、ビデオカメラの録画ボタンを押した後、実験者の合図によって開始した。

スピーチ終了後、質問紙への回答を求めた。質問紙は、気分(2回目)、スピーチの出来、スピーチ中の注意の向き、イメージ維持の程度、他者から見た自己評価から構成された。回答後、1分間の休憩をとった。

Bフェーズ(2回目)～Cフェーズ(4回目) イメージ教示から、スピーチ後の質問紙への回答までを、イメージ教示を変えて計4回繰り返した。

4回目の質問紙3の回答が終わった後、実験のディブリーフィングを行った。参加者に実験の感想を求めた。その後、謝礼を渡し、実験を終了した。

実験時期

研究4-1と同様であった。

結果

1. 参加者の基礎属性

参加者全体および社交不安群ごとに、FNE, SPS, SIAS, BDIの平均得点と標準偏差を算出した(Table 6-2-1)。社交不安群の群間差を検討するために、年齢, FNE, SPS, SIAS, BDIの各変数において対応のない t 検定を行った。その結果、年齢を除くFNE, SPS, SIAS, BDIの得点において、高社交不安群が低社交不安群よりも有意に高値であった(年齢 $t(46)=1.79$, ns ; FNE $t(37.02)=9.04$, $p<.001$; SPS $t(35.19)=4.18$, $p<.001$; SIAS $t(46)=4.94$, $p<.001$; BDI $t(39.78)=3.51$, $p<.01$)。FNE

Table 6-2-1 各社交不安群・全体における基礎変数の平均値と標準偏差
および t 値

	全体 ($N=48$)		低社交不安群 ($n=24$)		高社交不安群 ($n=24$)		t
	M	SD	M	SD	M	SD	
年齢	20.54	1.65	20.96	1.63	20.13	1.60	1.79
FNE	19.92	6.84	14.50	5.07	25.33	2.96	9.04 ***
SPS	21.98	13.21	15.17	8.12	29.09	13.87	4.18 ***
SIAS	36.04	12.51	28.75	9.30	43.33	11.07	4.94 ***
BDI	9.23	5.87	6.58	4.34	12.00	6.06	3.51 **
怒り	6.85	13.09	1.92	4.27	11.79	16.76	2.80 *
喜び	28.94	23.11	26.63	24.98	31.25	21.37	0.69
不安	41.00	26.70	34.00	24.09	48.00	27.82	1.86
落ち込み	21.63	22.69	17.50	21.36	25.75	23.67	1.27

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

以外の社交不安を測定する変数である，SPS と SIAS においても，有意な群間差が確認された。このことから，高社交不安群と低社交不安群は，社交不安の程度を反映した妥当な群分けであることが確認された。

同様に，実験開始時に測定した4つの気分変数(怒り，喜び，不安，落ち込み)について，全体・各社交不安群で平均値と標準偏差を算出した。群間差を検討するために対応のない t 検定を行った(Table 6-2-1)。その結果，喜び，落ち込み，不安については高社交不安群と低社交不安群に差はみられなかったが，怒りにおいて群間に有意な差がみられ，低社交不安群($M=1.92$)よりも高社交不安群($M=11.79$)のほうが怒り気分が有意に高い値であった($t(25.98)=2.80, p<.05$)。

2. 気分

イメージ生成による影響と、イメージを保持したままスピーチを行う影響を検討するために、参加者の気分(不安・怒り・落ち込み・喜び)を測定した。各変数は、各イメージ条件につき2回(1回目：イメージ生成後，2回目：スピーチ中)の測定を行った。イメージ条件間，測定期間，社交不安群間による差異を検討するために，社交不安群，イメージの視点，イメージの身体感覚，測定期を要因とした4要因分散分析を行った。各群・各イメージ条件における気分変数の平均値と標準偏差を Table 6-2-2 に示した。4要因分散分析の主効果と交互作用の F 値を Table 6-2-3 に示した。

不安(気分) 4 要因の分散分析を行ったところ，社交不安群の主効果 ($F(1,26)=5.31, p<.05$)，社交不安×視点の交互作用 ($F(1,46)=4.79, p<.05$) と，身体感覚×測定期の交互作用 ($F(1,46)=5.12, p<.05$) が有意であり，視点×測定期の交互作用 ($F(1,46)=3.76, p<.10$) が有意傾向であった。各条件の不安の平均値を Fig. 6-2-2 に示した。

社交不安群と視点の交互作用が有意であったので，単純主効果の検定を行った。その結果，高社交不安群においてイメージの視点の単純主効果，観察者視点において社交不安群の単純主効果がみられた。高社交不安群の参加者は，観察者視点でイメージしたとき，現場視点でイメージしたときよりも，不安が有意に高かった ($p<.01$)。また観察者視点でイメージしたときは，高社交不安群の参加者は低社交不安群の参加者よりも不安を強く感じていた ($p<.01$)。次に，視点×測定期の交互作用が有意傾向であったので，単純主効果の検定を行った。その結果，測定期2回目において，観察者視点からのイメージを生成したときは，現場視点のイメージ生成のときと比較して，有意に不安得点が高かった ($p<.05$)。

Table 6-2-2 各群・各イメージ条件における各気分変数の平均値と標準偏差

		現場視点							
		身体感覚あり				身体感覚なし			
		1回目		2回目		1回目		2回目	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
不安	全体	39.38	28.98	33.44	25.91	34.50	26.83	33.58	25.08
	低社交不安群	33.33	28.04	28.50	23.68	29.71	23.92	26.38	21.79
	高社交不安群	45.42	29.22	38.38	27.56	39.29	29.17	40.79	26.50
怒り	全体	4.90	9.39	4.98	8.92	4.02	6.52	4.08	6.68
	低社交不安群	2.54	7.53	4.04	8.93	3.83	7.83	3.00	5.54
	高社交不安群	7.25	10.58	5.92	9.00	4.21	5.04	5.17	7.61
落ち込み	全体	16.75	19.68	18.92	19.77	14.98	17.84	19.42	19.67
	低社交不安群	13.25	21.25	14.83	20.63	10.71	15.65	15.46	20.52
	高社交不安群	20.25	17.73	23.00	18.39	19.25	19.17	23.38	18.36
喜び	全体	15.10	18.16	17.00	18.33	13.60	14.64	19.29	19.37
	低社交不安群	16.21	20.22	16.88	17.36	13.21	14.80	16.96	16.83
	高社交不安群	14.00	16.20	17.13	19.63	14.00	14.79	21.62	21.72
		観察者視点							
		身体感覚あり				身体感覚なし			
		1回目		2回目		1回目		2回目	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
不安	全体	38.37	27.76	37.58	28.48	37.88	27.69	40.08	29.31
	低社交不安群	27.21	19.05	28.46	20.25	27.33	22.63	31.42	22.84
	高社交不安群	49.54	30.84	46.71	32.77	48.42	28.69	48.75	32.82
怒り	全体	4.35	6.99	3.12	5.03	4.29	8.15	5.15	10.68
	低社交不安群	3.04	6.80	2.25	4.87	3.04	7.66	3.63	8.40
	高社交不安群	5.67	7.06	4.00	5.13	5.54	8.59	6.67	12.56
落ち込み	全体	21.54	24.26	20.44	22.25	20.27	24.57	22.21	25.83
	低社交不安群	14.04	19.36	13.33	17.84	12.71	20.95	14.25	20.88
	高社交不安群	29.04	26.65	27.54	24.25	27.83	25.99	30.17	28.19
喜び	全体	10.25	13.43	13.69	15.91	14.21	16.30	14.62	16.61
	低社交不安群	11.04	14.67	14.42	17.03	13.88	16.48	15.46	17.41
	高社交不安群	9.46	12.34	12.96	15.03	14.54	16.46	13.79	16.10
全体 (<i>N</i> =48) 低社交不安群 (<i>n</i> =24) 高社交不安群 (<i>n</i> =24)									

Table 6-2-3 各気分変数に対する4要因分散分析のF値

従属変数	主効果・交互作用	F(1,46)	従属変数	主効果・交互作用	F(1,46)
不安	社交不安群	5.31 *	落ち込み	社交不安群	4.42 *
	視点	2.97 †		視点	6.54 *
	社交不安群×視点	4.79 *		社交不安群×視点	6.47 *
	身体感覚	0.16		身体感覚	0.04
	社交不安群×身体感覚	0.00		社交不安群×身体感覚	0.16
	測定期	1.66		測定期	3.10 †
	社交不安群×測定期	0.38		社交不安群×測定期	0.00
	視点×身体感覚	1.34		視点×身体感覚	0.11
	社交不安群×視点×身体感覚	0.13		社交不安群×視点×身体感覚	0.00
	視点×測定期	3.76 †		視点×測定期	2.92 †
	社交不安群×視点×測定期	1.50		社交不安群×視点×測定期	0.01
	身体感覚×測定期	5.12 *		身体感覚×測定期	2.55
	社交不安群×身体感覚×測定期	1.08		社交不安群×身体感覚×測定期	0.00
	視点×身体感覚×測定期	0.21		視点×身体感覚×測定期	0.06
	社交不安群×視点×身体感覚×測定期	0.58		社交不安群×視点×身体感覚×測定期	0.30
怒り	社交不安群	1.77	喜び	社交不安群	0.00
	視点	0.34		視点	8.59 **
	社交不安群×視点	0.05		社交不安群×視点	0.82
	身体感覚	0.02		身体感覚	2.45
	社交不安群×身体感覚	1.07		社交不安群×身体感覚	1.70
	測定期	0.01		測定期	8.31 **
	社交不安群×測定期	0.12		社交不安群×測定期	0.27
	視点×身体感覚	1.33		視点×身体感覚	0.64
	社交不安群×視点×身体感覚	0.65		社交不安群×視点×身体感覚	0.28
	視点×測定期	0.07		視点×測定期	2.08
	社交不安群×視点×測定期	0.03		社交不安群×視点×測定期	2.73
	身体感覚×測定期	0.98		身体感覚×測定期	0.07
	社交不安群×身体感覚×測定期	2.09		社交不安群×身体感覚×測定期	0.03
	視点×身体感覚×測定期	0.90		視点×身体感覚×測定期	4.15 *
	社交不安群×視点×身体感覚×測定期	0.53		社交不安群×視点×身体感覚×測定期	0.34

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

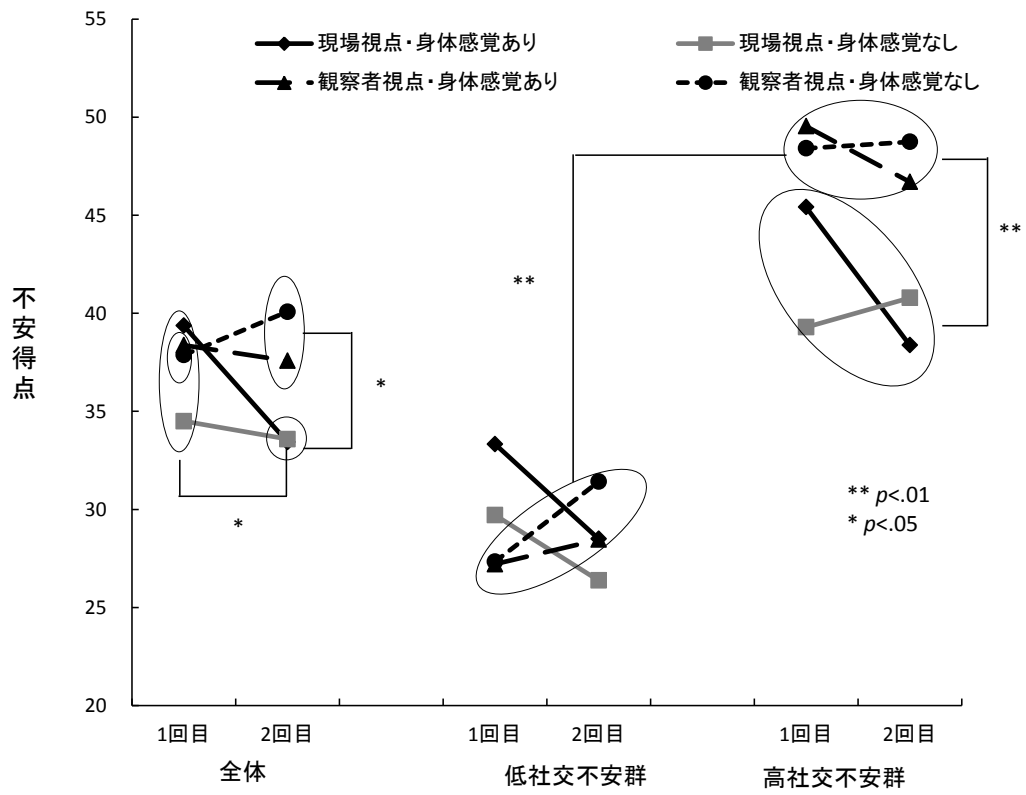


Fig.6-2-2 各群・各イメージ条件における不安得点(1回目・2回目)の平均値

また現場視点からイメージしたときに，1回目よりも2回目の不安得点が低かった($p<.05$)。次に，身体感覚と測定期の交互作用が有意であったので，単純主効果の検定を行った。その結果，イメージの身体感覚ありの条件で，イメージ生成後(1回目)よりもスピーチ時の不安(2回目)の不安得点が有意に減少していた($p<.05$)。

怒り(気分) 4 要因の分散分析を行った結果，各要因の主効果，交互作用がともにみられなかった。

落ち込み(気分) 4 要因分散分析を行った結果，社交不安群の主効果($F(1,46)=4.42$, $p<.05$)，視点の主効果($F(1,46)=6.54$, $p<.05$)，社交不安と視点の交互作用($F(1,46)=6.47$, $p<.05$)がみられ，測定期の主効果($F(1,46)=3.10$, $p<.10$)と，視点と測定期の交互作用($F(1,46)=2.92$, $p<.10$)が有意傾向であった。各条件での落ち込み得点の平均値を Fig.6-2-3 に示した。社交不安群と視点の交互作用がみられたため，単純主効果の検定を行ったところ，観察者視点のイメージ条件において，低社交不安群の参加者よりも高社交不安群の参加者の落ち込み得点が高く($p<.05$)，高社交不安群において現場視点からのイメージ条件よりも観察者視点からのイメージ条件のほうが落ち込みの程度が強かった($p<.01$)。また視点と測定期に有意傾向の交互作用がみられたので，1回目において現場視点よりも観察者視点が高く($p<.01$)，現場視点において，1回目よりも2回目のほうが落ち込み得点がありに高かった($p<.01$)。

喜び(気分) 4 要因の分散分析を行ったところ，視点の主効果($F(1,46)=8.59$, $p<.01$)，測定期の主効果がみられ($F(1,46)=8.31$, $p<.01$)，視点と身体感覚と測定期の交互作用がみられた($F(1,46)=4.15$, $p<.05$)。グラフを作成し，Fig. 6-2-4 に示した。二次の交互作用がみられたので，身体感覚における視点×測定期の単純交互作用の検定を行ったところ，

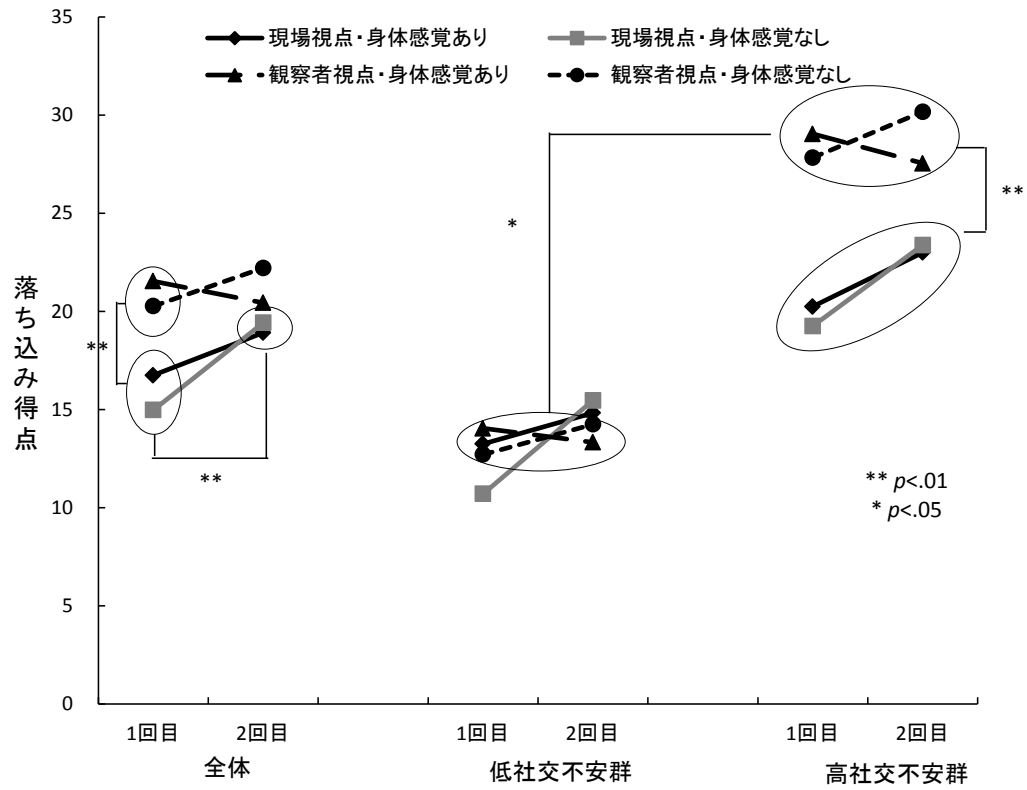


Fig.6-2-3 各群・各イメージ条件における落ち込み得点(1回目・2回目)の平均値

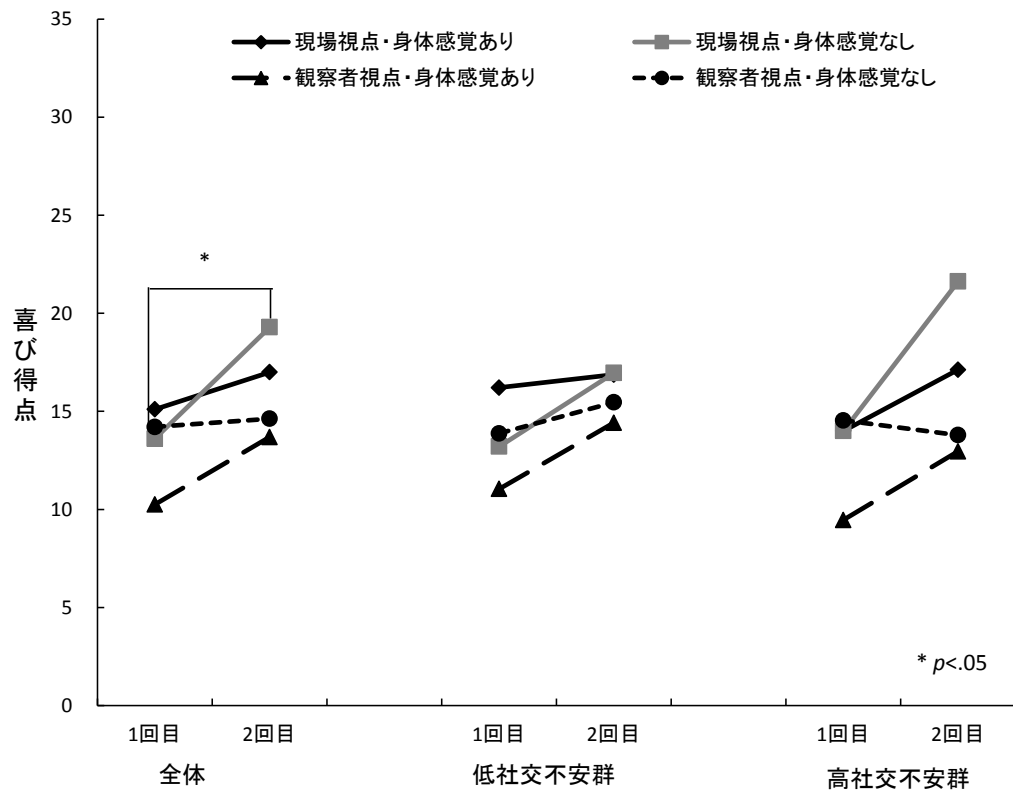


Fig.6-2-4 各群・各イメージ条件における喜び得点(1回目・2回目)の平均値

身体感覚なしにおける視点×測定期の単純交互作用がみられた ($F(1,47)=4.25$, $p<.05$)。単純・単純主効果の検定を行ったところ、現場視点×身体感覚なし条件において、1回目よりも2回目のほうの喜び得点が有意に高値であった ($p<.05$)。

3. 行動の自己評価

各スピーチ後に、他者からみた自己の様子について自己評価を行ってもらった。各行動の合計得点を従属変数とした3要因の分散分析を行った。各合計得点の平均得点と標準偏差を Table 6-2-4 に示した。

肯定的行動 3 要因分散分析を行った結果、主効果、交互作用はみられず、各群、各条件間に差異をみられなかった。

全体否定的行動 (Fig. 6-2-5) 3 要因の分散分析を行ったところ、視点と身体感覚の交互作用が有意傾向 ($F(1,46)=3.59$, $p<.10$)、社交不安群の主効果が有意 ($F(1,46)=7.88$, $p<.01$) であった。交互作用の検定を行ったところ、観察者視点において、身体感覚あり条件よりも身体感覚なし条件のほうが有意傾向で得点が高かった。また高社交不安群のほうが低社交不安群よりも得点が高く、自己の行動を否定的に評価していた。

不安関連行動 3 要因の分散分析を行ったところ、主効果、交互作用はみられなかった。

BQ 全体 (Fig.6-2-6) 3 要因の分散分析を行ったところ、社交不安群の主効果が有意傾向であった ($F(1,46)=3.58$, $p=.065$)。社交不安傾向の高い人は、社交不安傾向の低い人に比べて得点が低く、自分の行動的側面について否定的に評価していた。その他の主効果・交互作用はみられなかった。

Table 6-2-4 各群・各イメージ条件における行動の自己評価各変数の平均値と標準偏差

		現場視点・身体感 覚あり		現場視点・身体感 覚なし		観察者視点・身体 感覚あり		観察者視点・身体 感覚なし	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
肯定的行動	全体	24.33	12.96	23.52	13.80	23.98	13.00	23.16	13.59
	低社交不安群	25.38	12.32	24.75	14.46	26.13	13.03	25.17	12.99
	高社交不安群	23.29	13.75	22.29	13.31	21.83	12.89	21.15	14.14
否定的行動	全体	12.33	5.81	11.50	5.28	11.66	4.38	12.73	4.99
	低社交不安群	10.38	6.36	10.42	5.47	10.12	4.26	11.25	5.05
	高社交不安群	14.29	4.54	12.58	4.97	13.19	4.03	14.21	4.57
不安関連行動	全体	13.06	8.44	12.50	8.81	12.22	8.24	12.60	8.42
	低社交不安群	11.63	9.24	10.92	8.85	10.93	7.13	10.75	8.63
	高社交不安群	14.50	7.48	14.08	8.68	13.50	9.19	14.46	7.96
BQ全体	全体	73.06	20.18	72.48	21.59	71.89	18.40	74.17	21.62
	低社交不安群	68.63	19.57	68.58	21.44	66.93	17.06	68.83	21.14
	高社交不安群	77.50	20.21	76.38	21.48	76.85	18.68	79.51	21.18

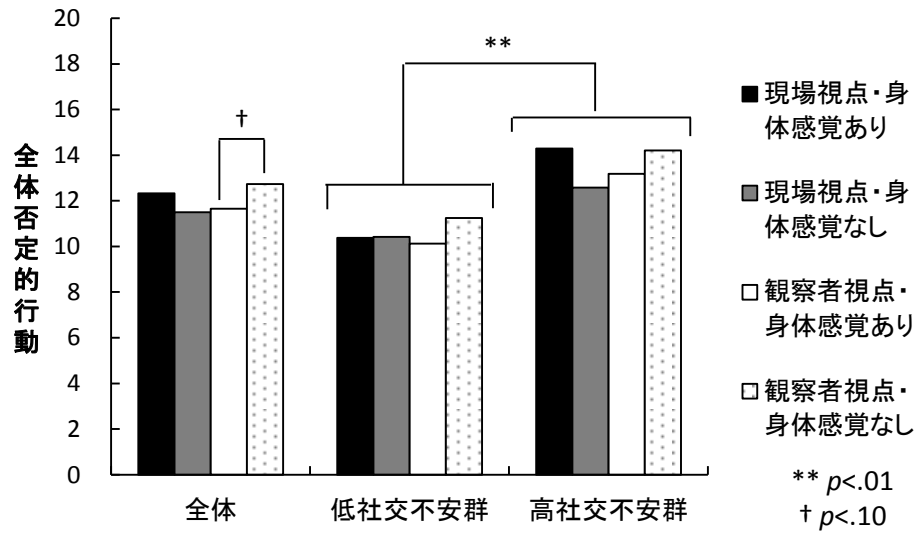


Fig. 6-2-5 各群・各イメージ条件における全体否定的行動得点の平均値

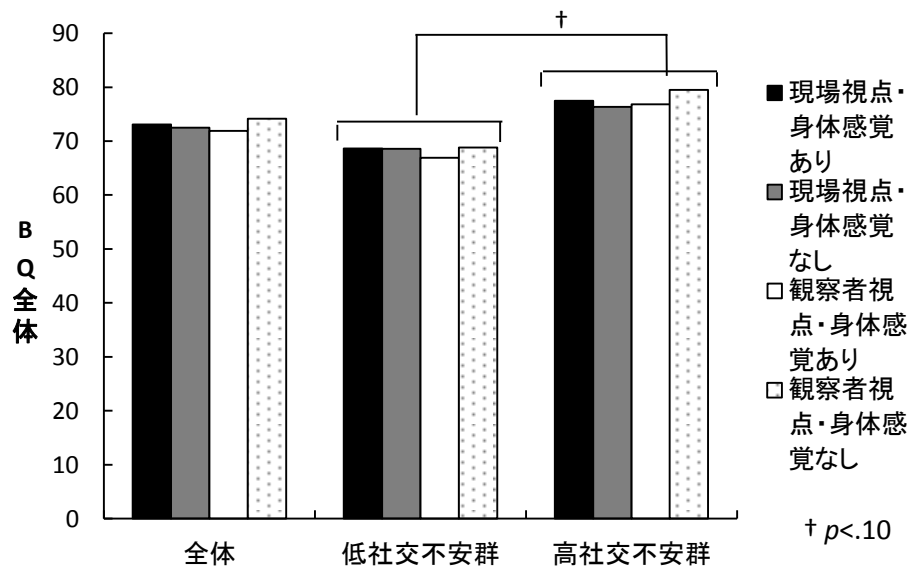


Fig.6-2-6 各群・各イメージ条件における BQ 全体得点の平均値

4. スピーチの出来の自己評価

スピーチ後に、スピーチの出来を 0(できなかった)から 5(できた)の 6 件法で自己評価してもらった。各条件、群ごとのスピーチの出来得点を従属変数とした 3 要因の分散分析を行った。各条件の得点と標準偏差を Table 6-2-5 に示した。その結果、社交不安群×視点×身体感覚の 2 次の交互作用が有意傾向($F(1,46)=3.26$, $p<.10$)であり、その他に主効果、交互作用はみられなかった。2 次の交互作用がみられたので、単純交互作用の検定を行ったところ、高社交不安群において、現場視点の身体感覚あり条件と現場視点の身体感覚なし条件の間の差が有意傾向であった($p<.10$)。結果を Fig.6-2-7 に示した。

5. スピーチ中の注意の向き

スピーチ後に、スピーチの間の注意の向きについて、-3(自分)から+3(周り)の 7 件法で回答してもらった。各条件の平均得点と標準偏差を Table 6-2-5 に示した。この得点を従属変数とした 3 要因の分散分析を行ったところ、視点の主効果($F(1,46)=4.26$, $p<.05$)がみられ、観察者視点よりも現場視点のほうが、より周囲に注意を向けていた。結果を Fig.6-2-8 に示した。

Table 6-2-5 スピーチの出来と注意の向き得点の平均値

		現場視点・身体感 覚あり		現場視点・身体感 覚なし		観察者視点・身体 感覚あり		観察者視点・身体 感覚なし	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
スピーチの出来	全体	2.35	1.14	2.44	1.09	2.50	0.97	2.21	1.15
	低社交不安群	2.63	1.13	2.29	1.12	2.54	0.98	2.33	1.24
	高社交不安群	2.08	1.10	2.58	1.06	2.46	0.98	2.08	1.06
注意の向き	全体	0.62	1.55	0.62	1.61	0.10	1.67	0.19	1.70
	低社交不安群	0.88	1.54	0.75	1.54	0.42	1.86	0.46	1.67
	高社交不安群	0.37	1.56	0.50	1.69	-0.21	1.41	-0.08	1.72
全体(<i>N</i> =48) 低社交不安群(<i>n</i> =24) 高社交不安群(<i>n</i> =24)									

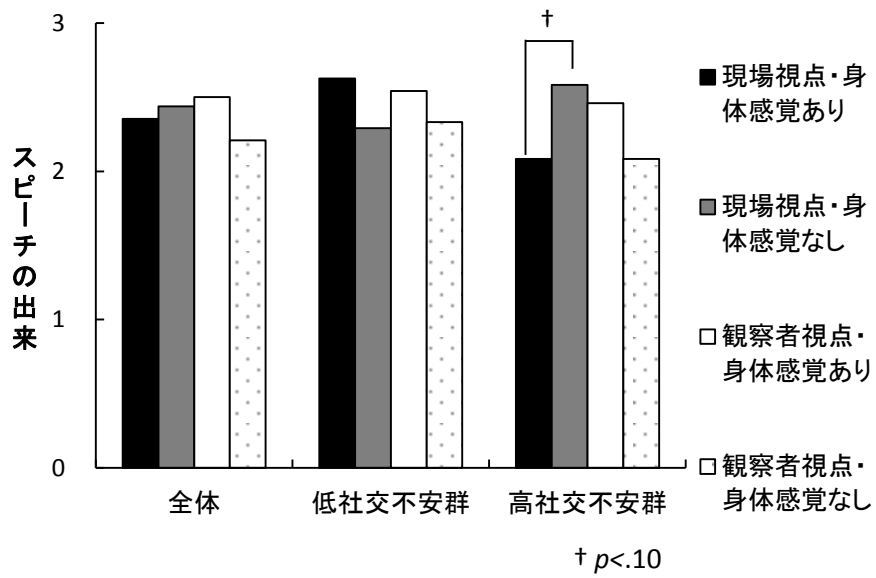


Fig. 6-2-7 各群・各イメージ条件におけるスピーチの出来の平均値

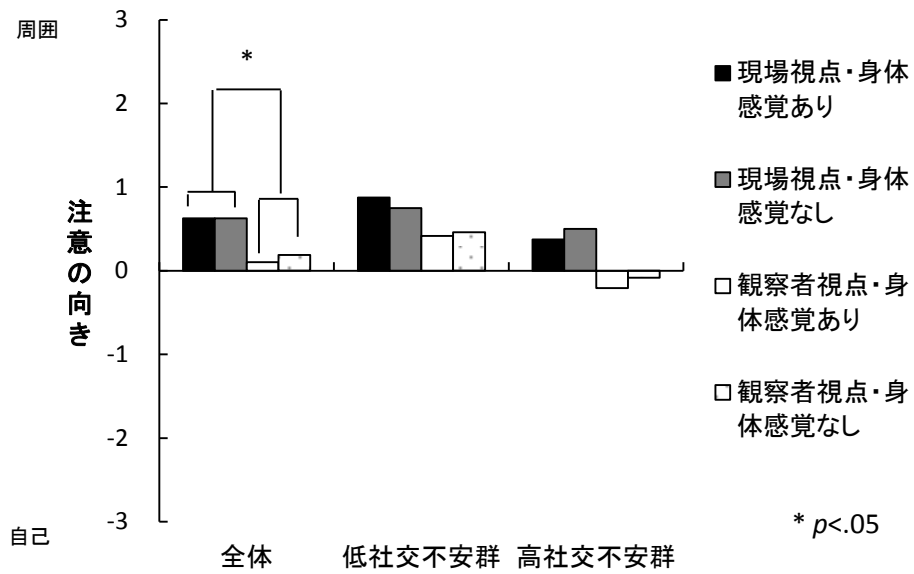


Fig. 6-2-8 各群・各イメージ条件における注意の向きの平均値

考察

本研究の目的は、イメージにおける視点と身体感覚を実験的に操作し、イメージ保持によるスピーチへの影響を社交不安の程度との関連から検討することであった。

本研究の結果をまとめると、第一に、観察者視点からイメージしてスピーチを行うと、現場視点からイメージした時と比較して、不安気分と落ち込み気分に影響を与えた。どちらの気分についても、高社交不安群において、観察者視点は、現場視点と比較して増大していた。低社交不安群では、視点間に差異はみられなかった。また現場視点については、スピーチ前後で不安得点が有意に低下、楽しさ気分が有意に増加していた。この変化は観察者視点ではみられなかった。第二に、行動の自己評価については、視点と身体感覚のイメージ生成・保持による影響はみられなかった。第三に、観察者視点からのイメージを保持すると、自己に注意が向きやすく、現場視点からのイメージを保持すると、周囲に注意が向きやすかった。第四に、イメージの身体感覚を操作することによって、不安の減少がみられた。

視点による影響は、社交不安傾向が高い人に強く見られた。社交不安傾向の高い人に、観察者視点からイメージを生成・保持してもらうと、現場視点と比較して、ネガティブ気分(不安・落ち込み)が高くなっていた。観察者視点による影響は、低社交不安群にはみられなかった。研究4-1で示したように、観察者視点からのイメージ生成は、不快な情動価を伴っていた。特に、社交不安傾向の高い人では、現場視点と比較して、観察者視点からのイメージはより不快であった。観察者視点からのイメージ生成を促すことで、ネガティブな自己イメージが活性化し、不安が増加につながった可能性が考えられる。研究4-1においても指摘したよ

うに、観察者視点からの自己イメージは、社交不安傾向が高い人と低い人で質的に異なると考えられる。社交不安傾向の低い人が生成した観察者視点から自己イメージには、ポジティブで現実的な要素を含み、社交不安傾向の高い人が生成した観察者視点からの自己イメージには「ネガティブで不快な自分の様子」が含まれていたと考えられる。具体的には、低社交不安群の参加者は観察者視点をとることで客観視するような機能 (**Dispassionate Observer**)、高社交不安群の参加者は観察者視点をとることで自己をより強調するような機能 (**Salient Self**)をとったと推測される。

現場視点からのイメージについては、イメージ生成時の不安と比較して、スピーチ中の不安が低下、楽しさの増加につながっていた。**Spurr & Stopa(2003)**においても、観察者視点からイメージをすることで、現場視点と比較して、不安の増加、ネガティブ思考の高まりが確認されている。本研究においても、観察者視点でイメージすることで、ネガティブ思考が高まった一方で、現場視点ではそのような思考が生じず、両視点条件に差異が生じたと考えられる。しかしながら、**Spurr & Stopa(2003)**の結果とは異なり、現場視点からのイメージでは不安が低下していた。先行研究とは課題内容が異なるために一概に言いきれないが、本研究で、現場視点で不安の低下が起こった理由として、次のことが考えられる。異なる視点からイメージすることで、スピーチ中の注意配分が変化した可能性である。つまり、現場視点からのイメージを生成・保持することで、認知資源を周りへの注意に配分し、自己注目が低下して不安といった感情にあまり気づけなかったと考えられる。同時に、周りに注意を向けることで、外的なフィードバック(ポジティブな側面をもつ)を受け取ることができ、快感情が生じ、不安気分が緩和されたと考えられる。実

際に、注意の向きを測定したところ、観察者視点は自己に、現場視点は周囲に注意を配分する傾向にあった。また部分的な証拠として、気分項目の中で唯一肯定的側面である「喜び」項目において、観察者視点よりも現場視点からイメージしたときのほうが、得点が高く、またスピーチ課題後に上昇していた。

他者からみた行動の自己評価においては、条件間に有意な差異がみられなかった。全体的に、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者と比較して、ぎこちなさといった全体否定的行動が他者に目立つと評価していた。本研究のスピーチ課題は、全4回で類似したものであり、スピーチする内容・評価基準(原稿を流暢に読むこと)が明確であったため、あいまいさが少ない社会的状況であった。そのため、他者に自分の不安感が露呈するリスクを少なく感じたのではないかと考えられる。行動項目の中でも、実験時に評価される側面である「流暢さ」の得点については、課題時に強調された点であるため、イメージの視点や身体感覚による差異がみられる可能性が考えられる。

本研究では、従来視点と随伴して扱われていた身体感覚イメージを視点と独立に操作し、身体感覚のイメージによるスピーチの影響を検討した。イメージの身体感覚に焦点を当てて検討した先行研究はなく、結果を予測していなかった。実験の結果、不安気分について、身体感覚イメージによる影響が見られ、イメージの身体感覚ありの条件で、イメージ生成後(1回目)よりもスピーチ時の不安(2回目)の不安得点が有意に減少していた。この不安の減少がみられた理由として、イメージの中で身体感覚を意識してもらうことが、マインドフルネス(mindfulness)の役割は果たした可能性が考えられる。マインドフルネスとは、Jon Kabat-Zinnが提唱した理論で、“現在の瞬間において、目的と、瞬間瞬間の経験の展

開に価値判断せずに注意を払うことを通して生じる認識”と定義される (Kabat-Zinn, 2003)。つまり、教示によって、自己の身体感覚に意識を向けて、どのような感覚が生じているかを鮮明にイメージしてもらうことで、普段目を向けない現在の身体感覚に注意が向いたと考えられる。McKay, Wood & Brantley (2007)によると、マインドフルネススキルは、現在の瞬間において、物事に1つずつ焦点を当てるのに役立ち、それによって、圧倒されるような感情をよりうまく管理し、落ち着かせることができるという。故に、本研究においては、身体感覚のイメージがマインドフルネスを促進し、不安の低減(感情制御)につながったと推測される。

Hackmann et al. (2000)によると、社交不安傾向の高い人が持つイメージは主に視覚と身体感覚で構成され、多くは観察者視点からのイメージであるといわれている。研究 4-1 において、観察者視点からのイメージにより不快感が増し、スピーチ中の不安の自己評価の悪化が示された。しかしながら、身体感覚イメージによる影響と観察者視点と身体感覚イメージによる影響は、確認されなかった。この結果から、社交不安の高い人がもつ自己イメージは、多感覚的なイメージではなく、視覚のみで構成されるイメージである、または視覚優位なイメージである可能性が示された。

第3節 視点と身体感覚が異なる自己イメージによる気分・自己評価と評定者評価への影響(研究4-3)

問題と目的

研究4-2では、視点と身体感覚が異なるイメージの保持が気分・スピーチの出来・行動の自己評価へ与える影響について検討を行った。その結果、高社交不安群の参加者において、観察者視点からのイメージを保持しつつスピーチを行うと、現場視点からのイメージ保持の時と比較して、不安気分と落ち込み気分の増大がみられた。また現場視点ではスピーチ前後で不安得点が有意に低下したが、観察者視点では不安の低下がみられなかった。

しかしながら、このイメージ操作による影響は、自己評価変数による検討が行われたのみで、客観的評価による検討は行われていない。

そこで本研究では、視点と身体感覚のイメージによる影響を、客観評価(評定者評価)を用いて検討する。具体的には、独立した評定者を設定し、研究4-2で録画した参加者のスピーチ映像を独立した評定者に評価してもらった。研究4-2の自己評価と評定者評価との比較も行った。

方法

評定者評価の刺激(研究4-2のスピーチ映像)

評定者に、研究4-2で撮影した映像を視聴し、評価してもらった。評価は、参加者のスピーチ課題における様子についてであった。被評価者(研究4-2参加者)1名につき、1分程度のスピーチ映像が4本であった。実験器具の不備により、映像が録画できなかった低社交不安群3名、高社交不安群5名を分析から除外した。分析対象となった映像は、低社交

不安群 21 名，高社交不安群 19 名の映像であった。

ビデオ評定者

評定者は心理学を専攻とする大学生 2 名(男性)であった。

測定変数

気分 Visual Analog Scale を用いて，評定者は，スピーチ課題時の被評定者の気分を測定した。評定者には，不安気分 1 項目の評価を求めた。この評価は，研究 4-2 における参加者の気分(2 回目)の回答と合致する。不安の評価は，0(まったくない状態)から 100(想像できる最も高い状態)までの 100mm の直線上に，今の気分に当てはまる場所(スピーチ中の気分に当てはまる場所)に縦線を引くことにより測定した。0 からの距離を得点とした。

行動の評価 (Behavior Questionnaire 以下 BQ) Stopa & Clark (1993)と Mansell & Clark(1999)が使用した Behavior Checklist からスピーチ場面に適した 18 項目を選定した。他者から見たスピーチ中の自分の振る舞いや様子を評価する尺度で，肯定的行動(positive behavior)9 項目，否定的行動(negative behavior)9 項目であった。否定的行動は，全体的な否定的行動を示す全体否定的行動(global negative behavior)3 項目と，社交不安と関連した否定的行動である不安関連行動(anxiety-related behavior)6 項目から構成される (Mansell & Clark, 1999)。Hirsch et al(2003)にならい，BQ 全体得点，肯定的行動得点，全体否定的行動得点，不安関連行動得点を算出した。BQ 全体得点は，肯定的行動各項目を逆転した上での 18 項目の合計得点であり，得点が低いほどよいパフォーマンスを示す。肯定的行動得点は肯定的行

動(自信たっぷりな, 好まれる, リラックスした, 熱心な, 有能な, 自信に満ちた, 魅力的な, 自己主張の強い, 流暢な)の合計点, 全体否定的行動得点は全体否定的行動(ぎこちない, 困惑した, 落ち着かない)の合計点, 不安関連行動得点は不安関連行動(手がぶるぶる震えた, 声が震えた, 汗が出た, 赤面した, 息が荒い)の合計点であった。評定者は, 各項目について, 0(全く目立たなかった)から 8(かなり目立った)の 9 件法で回答した。

スピーチの出来 スピーチの出来についての評価を求めた。“今回のスピーチの出来はどうでしたか”という質問項目に対して, 0(全くよくなかった)から 5(非常によくできた)の 6 件法で回答した。

手続き

心理学を専門とする男性大学生 2 名の評定者に, 実験目的・実験条件を明らかにせず, スピーチ映像の視聴・評価を求めた。使用尺度は, スピーチの出来, 不安, 行動の評価(BQ)であった。

評価の一致率を向上するため, 他のスピーチ映像を用い, 練習試行を実施した。練習試行では, 1 回の評定ごとに評価基準を話し合ってもらい, 評定者間での評価基準の明確化を図った。40 名の評価を計 4 回に分けて実施した。

実験時期

2013 年 11 月ごろに 4 回に分けて実施した。

結果

評定者間の評価の一致度

評定者評価の一致度を検討するために、イメージ4条件における各変数の評定者間相関係数を算出した(Table6-3-1)。BQ全体得点については、”現場視点・身体感覚あり”イメージ条件の評定者間相関は $r=.79(p<.001)$ 、”現場視点・身体感覚なし”イメージ条件の評定者間相関は $r=.60(p<.001)$ 、”観察者視点・身体感覚あり”イメージ条件の評定者間相関は $r=.73(p<.001)$ 、”観察者視点・身体感覚なし”イメージ条件の評定者間相関は $r=.82(p<.001)$ であった。不安得点については、各イメージ条件において、 $r=.56\sim.65$ の有意な中程度の相関がみられた。スピーチの出来得点については、各イメージ条件において、 $r=.47\sim.56$ の有意な中程度の相関がみられた。すべての変数において、評定者間で有意な中程度～強い相関がみられたため、評定者の一致度は高く、妥当な評定であった。

各変数について、評定者2名の評価得点の平均値を算出し、評定者評価得点を作成した。各群・各イメージ条件について、肯定的行動(評定者)得点、全体否定的行動(評定者)得点、不安関連行動(評定者)得点、BQ全体(評定者)得点、不安(評定者)得点、スピーチの出来(評定者)得点を算出した(Table 6-3-2)。

Table 6-3-1 行動の評価, 不安, スピーチの出来における評定者間評価の相関係数

	現場視点・ 身体感覚あり	現場視点・ 身体感覚なし	観察者視点・ 身体感覚あり	観察者視点・ 身体感覚なし
	<i>r</i>	<i>r</i>	<i>r</i>	<i>r</i>
行動の評価(Behavior Questionnaire)	.79 ***	.60 ***	.73 ***	.82 ***
不安	.63 ***	.56 ***	.65 ***	.58 ***
スピーチの出来	.47 **	.51 ***	.49 **	.56 ***

*** $p < .001$, ** $p < .01$

Table 6-3-2 各群・各イメージ条件における評定者評価各変数の平均値と標準偏差

		現場視点・ 身体感覚あり		現場視点・ 身体感覚なし		観察者視点・ 身体感覚あり		観察者視点・ 身体感覚なし	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
肯定的行動(評定者)	全体	31.94	8.90	32.24	8.94	32.04	9.05	33.11	10.39
	低社交不安群	33.36	9.12	33.79	8.59	33.55	8.63	35.90	9.56
	高社交不安群	30.37	8.62	30.53	9.22	30.37	9.44	30.03	10.64
全体否定的行動(評定者)	全体	8.89	3.46	9.41	3.24	9.41	3.13	9.18	3.28
	低社交不安群	8.31	3.72	8.98	3.34	9.10	3.03	8.60	2.96
	高社交不安群	9.53	3.12	9.89	3.15	9.76	3.28	9.82	3.57
不安関連行動(評定者)	全体	2.73	2.17	3.03	2.33	2.75	2.12	2.68	1.87
	低社交不安群	2.17	1.99	2.57	1.80	2.43	1.87	2.26	1.56
	高社交不安群	3.34	2.25	3.53	2.76	3.11	2.37	3.13	2.11
BQ全体(評定者)	全体	51.68	12.43	52.20	11.98	52.13	12.27	50.74	13.48
	低社交不安群	49.12	13.06	49.76	11.34	49.98	11.82	46.95	12.48
	高社交不安群	54.50	11.37	54.89	12.39	54.50	12.63	54.92	13.63
不安(評定者)	全体	54.89	13.38	53.13	13.40	54.33	12.33	51.54	14.24
	低社交不安群	50.83	13.94	49.55	13.91	51.52	12.10	47.29	14.10
	高社交不安群	59.37	11.46	57.08	11.94	57.42	12.15	56.24	13.19
スピーチの出来(評定者)	全体	2.95	0.64	2.96	0.60	2.90	0.61	2.98	0.67
	低社交不安群	3.12	0.55	3.05	0.52	3.00	0.55	3.21	0.54
	高社交不安群	2.76	0.69	2.87	0.68	2.79	0.67	2.71	0.71

全体(*N*=40) 低社交不安群(*n*=21) 高社交不安群(*n*=19)

イメージ条件間・社交不安群間における評定者評価得点の比較

各変数の評定者評価がイメージ条件・社交不安群によって差異がみられるかを検討するために、3 要因分散分析を行った。その結果、肯定的行動・全体否定的行動・不安関連行動・BQ 全体において、有意な群・条件の主効果・交互作用はみられなかった。不安においては、群の主効果が有意、身体感覚の主効果が有意傾向であった（群の主効果 $F(1,38)=4.71, p<.05$ ；身体感覚の主効果 $F(1,38)=3.61, p=.065$ ）。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、評定者からスピーチ中の不安気分を高く評定されていた（Fig.6-3-1）。また身体感覚への意識ありのイメージ条件の参加者は、身体感覚を意識しなかったイメージ条件の参加者よりも、評定者から不安が高く評価される傾向にあった。スピーチの出来については、社交不安群とイメージの視点とイメージの身体感覚の有意な二次の交互作用が見られた（ $F(1,38)=4.96, p<.05$ ）。二次の交互作用がみられたので、単純・単純主効果の検定を行ったところ、観察者視点で身体感覚がないイメージ条件において、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来が低評価であった（ $p<.05$ ）。また低社交不安群で観察者視点のイメージ条件のときに、イメージに身体感覚がある条件の参加者は、身体感覚がない条件の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来得点が低値であった（ $p<.05$ ）。各群・各イメージ条件におけるスピーチの出来（評定者）得点の平均値を Fig.6-3-2 に示した。

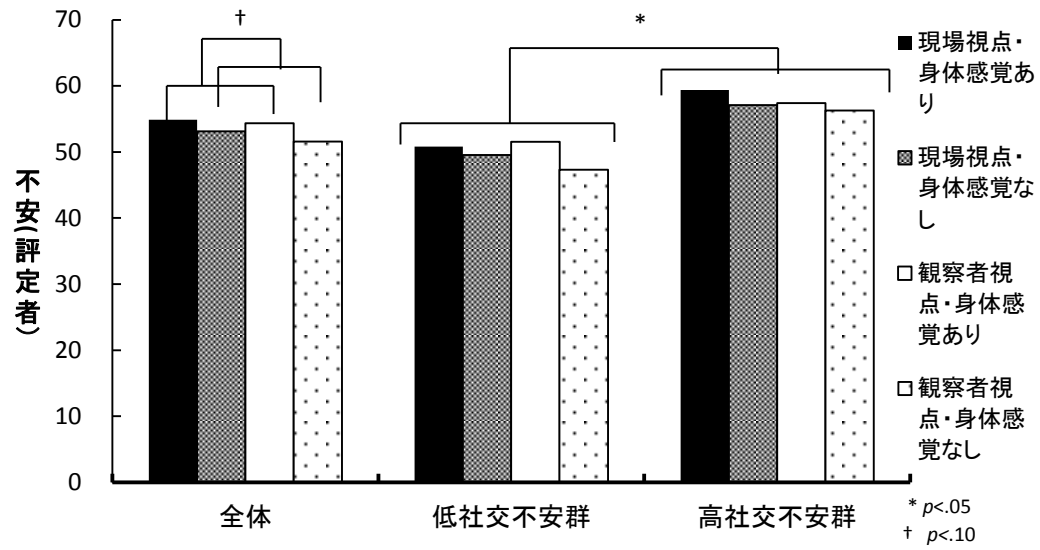


Fig.6-3-1 各群・各条件における不安(評定者)得点の平均値

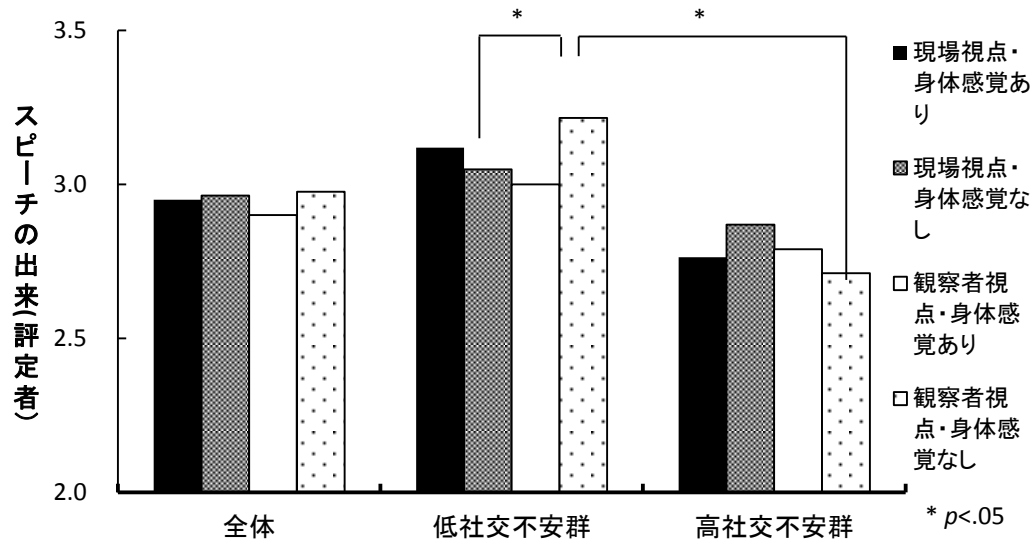


Fig.6-3-2 各群・各条件におけるスピーチの出来(評定者)得点の平均値

各変数における自己評価と評定者評価の比較

各変数における研究 4-2 の参加者の自己評価と評定者評価の差異を検討するために、行動評価(BQ)、不安、スピーチの出来の差得点を算出した。差得点は、自己評価から評定者評価を減算した得点で、得点が高いほど、自己評価が評定者評価よりも大であることを示している。肯定的行動(差得点)、全体否定的行動(差得点)、不安関連行動(差得点)、BQ 全体(差得点)、不安(差得点)、スピーチの出来(差得点)の平均値と標準偏差を Table6-3-3 に示した。肯定的行動(差得点)、スピーチの出来(差得点)、は、すべての群・条件において、得点がマイナスであった。上記の項目は得点が高いほど、ポジティブな評価を示しているので、自己評価が評定者評価よりも、ポジティブさが低いことが明らかになった。一方で、全体否定的行動(差得点)、不安関連行動(差得点)、BQ 全体(差得点)に関しては、すべての群・条件において、得点がプラスであった。上記の項目は得点が高いほど、ネガティブな評価を示しているので、自己評価が評定者評価よりも、ネガティブさが強いことが明らかになった。不安得点は、得点が高いほど不安が高いことを示しているが、すべての群・条件において、差得点がマイナスであった。このことから、評定者は参加者よりもスピーチ中の参加者の不安気分を過大に評価する傾向がみられた。

各変数の差得点について、社交不安群とイメージの視点、イメージの身体感覚を要因とした 3 要因分散分析を行った。その結果、肯定的行動(差得点)、不安関連行動(差得点)、BQ 全体(差得点)について、群・各イメージ条件の主効果・交互作用はみられなかった。

不安(差得点)については、イメージの視点の主効果が有意であった($F(1,38)=4.72, p<.05$)。観察者視点からイメージした時は、現場視点か

Table 6-3-3 各群・各条件における各変数の差得点(自己評価－評定者評価)の平均値と標準偏差

		現場視点・ 身体感覚あり		現場視点・ 身体感覚なし		観察者視点・ 身体感覚あり		観察者視点・ 身体感覚なし	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
肯定的行動(差得点)	全体	-5.81	9.60	-6.94	9.92	-6.76	8.50	-8.19	10.22
	低社交不安群	-7.26	9.11	-7.79	9.57	-7.98	8.14	-9.81	10.35
	高社交不安群	-4.21	10.12	-6.00	10.47	-5.42	8.91	-6.39	10.04
全体否定的行動(差得点)	全体	3.44	6.28	2.06	6.23	2.30	4.74	3.58	4.49
	低社交不安群	2.17	7.23	1.17	6.80	1.33	5.04	2.83	5.12
	高社交不安群	4.84	4.83	3.05	5.53	3.37	4.26	4.39	3.63
不安関連行動(差得点)	全体	10.38	8.27	9.45	8.70	9.64	8.48	10.00	8.47
	低社交不安群	9.40	8.78	8.00	8.76	8.40	7.30	8.40	8.27
	高社交不安群	11.45	7.77	11.05	8.58	11.00	9.63	11.76	8.57
BQ全体(差得点)	全体	19.63	18.22	18.45	19.49	18.70	14.09	21.76	18.43
	低社交不安群	18.83	19.19	16.95	19.32	17.71	11.93	21.05	19.95
	高社交不安群	20.50	17.58	20.11	20.06	19.79	16.42	22.55	17.10
不安(差得点)	全体	-23.09	29.10	-21.93	26.92	-19.78	30.26	-14.49	29.25
	低社交不安群	-21.31	26.69	-22.40	24.35	-23.24	22.71	-16.33	21.57
	高社交不安群	-25.05	32.18	-21.39	30.18	-15.95	37.18	-12.45	36.45
スピーチの出来(差得点)	全体	-0.60	1.08	-0.46	1.12	-0.45	0.88	-0.85	1.01
	低社交不安群	-0.60	1.22	-0.62	1.08	-0.62	0.84	-0.98	1.18
	高社交不安群	-0.61	0.94	-0.29	1.16	-0.26	0.90	-0.71	0.79
差得点＝参加者評価－評定者評価		全体(<i>N</i> =40) 低社交不安群(<i>n</i> =21) 高社交不安群(<i>n</i> =19)							

らイメージした時に比べて、不安の差得点が高値であった(Fig.6-3-3)。スピーチの出来(差得点)については、イメージの視点と身体感覚の交互作用が有意傾向であった($F(1,38)=3.83$, $p=.058$)。単純主効果の検定を行ったところ、観察者視点における身体感覚の単純主効果が有意であった($p<.05$)。観察者視点からイメージをした際に、身体感覚を伴わない条件は身体感覚を含めた条件よりも差得点が低かった。身体感覚を含まない観察者視点からのイメージ条件では、参加者は、評定者評価に比べて、自分のスピーチの出来を過小評価していた(Fig.6-3-4)。

全体否定的行動については、視点と身体感覚の交互作用が有意で、その他の主効果・交互作用はみられなかった($F(1,38)=6.82$, $p<.05$)。単純主効果の検定を行ったところ、現場視点と観察者視点において、身体感覚の単純主効果が有意傾向であった(Fig.6-3-5)。現場視点のイメージ条件において、身体感覚ありのイメージをした参加者は、身体感覚のイメージを伴わなかった参加者に比べて、差得点が有意傾向($p=.06$)で高かった。観察者のイメージ条件において、身体感覚ありのイメージをした参加者は、身体感覚のイメージが伴わなかった参加者に比べて、差得点が有意傾向($p=.089$)で低かった。

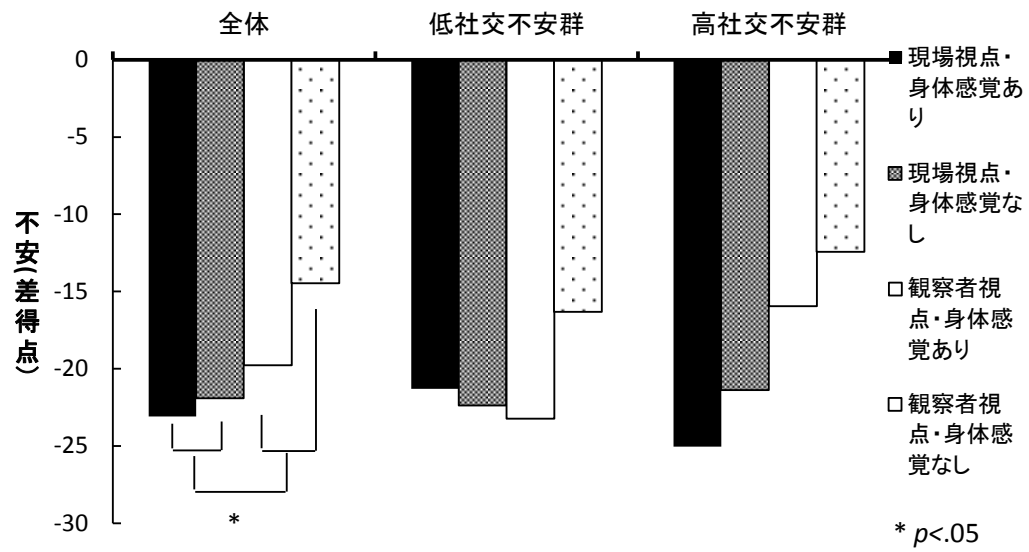


Fig.6-3-3 各群・各イメージ条件における不安(差得点)の平均値

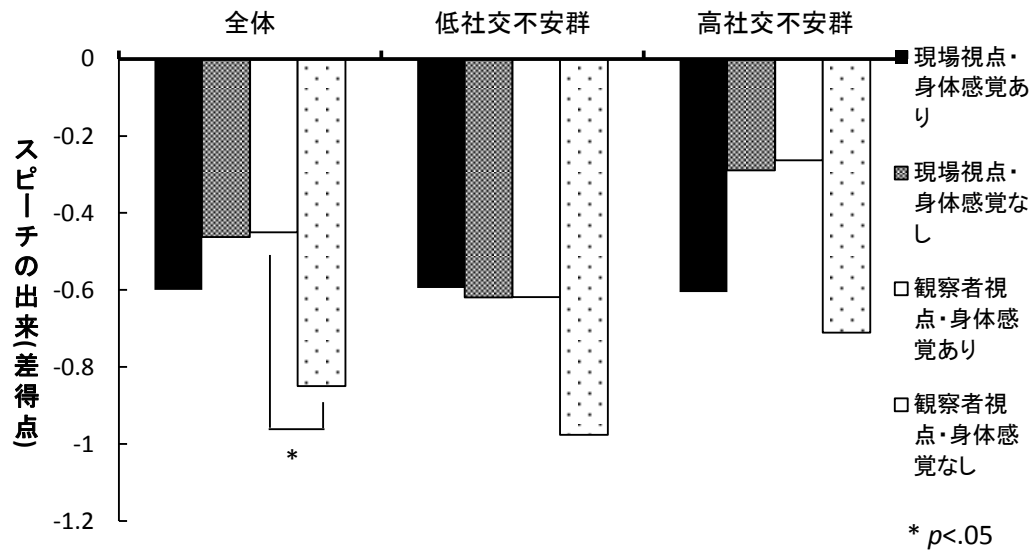


Fig.6-3-4 各群・各イメージ条件におけるスピーチの出来(差得点)の平均値

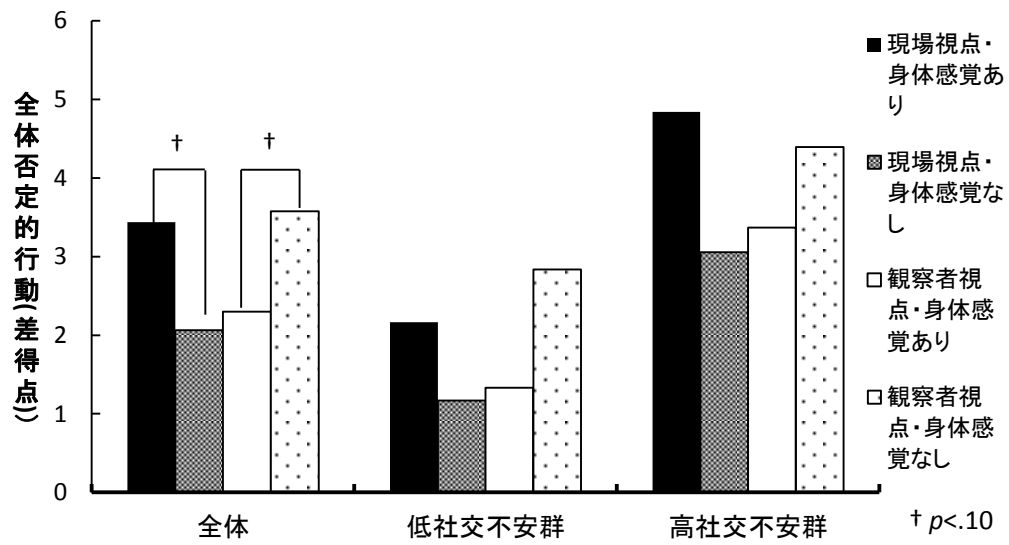


Fig.6-3-5 各群・各イメージ条件における全体否定的行動(差得点)の平均値

考察

本研究の目的は、視点と身体感覚が異なるイメージ操作が、スピーチ場面での参加者の気分や行動に与えた影響を、評定者評価の観点から検討することであった。

本研究の結果をまとめると、各群・各イメージ条件において各変数の評定者評価の比較したところ、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、評定者からスピーチ中の不安気分を高く評定されていた。加えて、観察者視点で身体感覚がないイメージ条件において、高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来が低評価であった($p<.05$)。また低社交不安群で観察者視点のイメージ条件のときに、イメージに身体感覚がある条件の参加者は、身体感覚がない条件の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来得点が低値であった($p<.05$)。肯定的行動や不安関連行動については、各群・各イメージ条件で他者評価に差異はみられなかった。次に自己評価と評定者評価を比較したところ、不安得点とスピーチの出来得点で有意な群・条件の効果が見られた。不安得点では、観察者視点からイメージした時は、現場視点からイメージした時に比べて、不安の差得点が高値であった。スピーチの出来得点では、観察者視点からイメージをした際に、身体感覚を伴わない条件は身体感覚を含めた条件よりも差得点が低かった。身体感覚を含まない観察者視点からのイメージ条件では、参加者は、評定者評価に比べて、自分のスピーチの出来を過小評価していた。

研究 4・2 では、不安の自己評価は、高社交不安群において観察者視点での不安得点が現場視点での不安得点よりも高かった。評定者評価では、不安評定に差異がみられなかった点を踏まえると、観察者視点からのイメージ保持によって、実際(他者から観察できる面)よりも不安感を過大

視してしまう傾向がみられた。

スピーチの出来は、自己評価では、社交不安群とイメージ条件による得点差はみられなかった。一方で、評定者評価では、観察者視点で身体感覚がない自己イメージ条件のスピーチの出来が他の条件よりも高評価であった。その影響が差得点に反映されたと考えられる。社交不安傾向の低い参加者は、観察者視点からのイメージを生成し、スピーチを行うことで、他者から見えるパフォーマンスが高くなっていた。一方、社交不安傾向の高い参加者は、観察者視点からのイメージ維持によるパフォーマンスの向上はみられなかった。社交不安傾向の低い参加者は、観察者視点からの自己イメージを生成することで、自身の振るまいを客観的にモニターし、行動制御することで、パフォーマンスが向上した可能性が考えられる。

第4節 第6章のまとめ

第1節では、イメージ生成における視点(現場視点/観察者視点)と身体感覚(身体感覚あり/身体感覚なし)を実験的に操作し、イメージ生成に与える影響を検討した。その結果、イメージの鮮明度とイメージの情動価に差異がみられ、特にイメージの情動価は全体的にネガティブであった。社交不安者は、観察者視点から自己イメージを生成することで、イメージのネガティブさが増していた。

第2節では、第1節同様にイメージにおける視点と身体感覚を実験的に操作し、イメージ保持による気分・スピーチの出来・行動の自己評価への影響を検討した。その結果、第一に、観察者視点からイメージしてスピーチを行うと、現場視点からイメージした時と比較して、不安気分と落ち込み気分に影響を与えた。どちらの気分についても、高社交不安群において、その傾向は顕著であった。低社交不安群では、視点間に差異はみられなかった。また現場視点ではスピーチ前後で不安得点が有意に低下、楽しみ気分の増加がみられたが、観察者視点では不安の低下はみられなかった。身体感覚のイメージによる影響は、不安気分においてみられ、スピーチ前後で不安の低下が明らかになった。

第3節では、第2節で検討した視点と身体感覚が異なるイメージの影響を、評定者評価を用いて検討を行った。イメージの影響は、肯定的行動や不安関連行動には見られなかった。その一方で、スピーチの出来や全体否定的行動、不安といった項目で、他者評価に有意な差が見られた。高社交不安群の参加者は、低社交不安群の参加者よりも、評定者からスピーチ中の不安気分を高く評定されていた。加えて、観察者視点で身体感覚がないイメージ条件において、高社交不安群の参加者は、低社交不

安群の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来が低評価であった。また低社交不安群で観察者視点のイメージ条件のときに、イメージに身体感覚がある条件の参加者は、身体感覚がない条件の参加者よりも、評定者からのスピーチの出来得点が低値であった。

作動自己という観点から考察を加えると、第6章では、イメージ操作を行う上で、作動自己に働きかけ、現在の自分の見方や身体を感じ方を自己イメージという形で生成・維持しながらスピーチ課題を行ってもらった。参加者は「社会的状況での自己」という目標に沿って、自伝的記憶から情報を活性化させ、その記憶と現在の身体感覚からの情報を操作して、自己イメージを生成していた。高社交不安群の参加者は、活性化された情報を観察者視点のイメージとして操作することで、不安をより強く感じていた。低社交不安群の参加者は、情報を観察者視点のイメージとして操作することで、現在の自己の振る舞いをモニタリングし、目標に向かって行動を制御し、結果としてスピーチの出来の向上に繋がっていた。

本章の研究の問題点として、課題のプレッシャーが低く、参加者の不安を十分に喚起することができなかったことが挙げられる。本研究では、参加者内実験計画の関係上、スピーチ課題に原稿をそのまま読むことを求める課題を採用したが、実験参加者の感想によると比較的平易な課題であった。多くのスピーチ課題では1つのテーマについて数分話すという課題が用いられており(e.g. Spurr & Stopa, 2003; Hirsch et al., 2003), 1つのテーマを題材としたスピーチのほうが、プレッシャーが高く、社交不安の程度やイメージによる差異が生じやすいと考えられる。

第 3 部 総合考察

第 7 章 総合考察

第 7 章

総 合 考 察

- 第 1 節 本研究のまとめ
- 第 2 節 自伝的記憶想起とイメージ生成における視点
- 第 3 節 本研究の意義
- 第 4 節 本研究の限界と今後の展開

第1節 本研究のまとめ

本研究の概要について、各章及び節における概略を述べ、第1章で提唱した社交不安の認知モデルに当てはめて、研究結果をまとめる。

第1章においては、先行研究のレビューを行い、社交不安を理解する認知行動的モデルとして、Rapee & Heimberg(1997)の認知行動モデル、Clark & Wells(1995)の認知モデルを取り上げ、共通する要素として、「社会的対象としての自己を処理する」過程があることを示した。この過程は詳細に論じられていないため、作動自己の概念を導入することで整理することを試みた。つまり、社交不安傾向の高い人が活性化した自伝的記憶情報と現在の身体感覚情報から、他の人から自分が今どのようにみえているかを推測し、自己イメージ(心的イメージ)を生成するという過程である。

第2章においては、第1章でのレビューを踏まえ、本論文における目的を述べた。社交不安の認知モデルにおいて、社会的対象としての自己を処理する過程が重要な役割を担っているにもかかわらず、十分な検討がなされていない点を指摘し、社交不安特有の自己認識を詳細に検討することを大目的とした。さらにその大目的を達成するために、①自伝的記憶から作動自己へ活性化される情報の偏りの検討(どのような自伝的記憶情報が作動自己へ活性化されやすいのか)、②自己イメージの側面(情動価・感覚モダリティ)が不安とパフォーマンスに与える影響の検討(どのような情動価・様式の自己イメージが不安やパフォーマンスに影響を与えやすいか)の目的を設定した。

第3章では、自伝的記憶想起時の視点の偏りが先行研究ごとに異なる点を踏まえ、“社交不安傾向の高い人の自伝的記憶想起時における視点の

偏りの検討” “視点の偏りと想起された情報(身体感覚)との関連の検討”を目的とした。質問紙調査を行った結果、社交不安傾向の高い人は、低い人よりも、過去の社会的場面において、顔の赤さ、汗、手足の震え、声の震えといった身体感覚を思い出しやすいことが明らかになり、これらの情報が作動自己に活性化されやすいことがわかった。一方で、心臓の鼓動については、社交不安群による差異はみられず、同程度の強さで両群の参加者が感じていた。汗や赤面といった身体症状は、他者から気づかれる可視的・可聴的な症状であるため、社交不安傾向の高い人が多く想起したと考えられる。先行研究でみられた視点の偏りはみられず、現場視点・観察者視点どちらも使用されていた。社交不安傾向の高い人が、観察者視点から不安だった社会的出来事を想起したときに、身体感覚やイメージの特徴に特異的な変化はみられなかった。一方、社交不安傾向の低い人は視点の効果がみられており、観察者視点からの想起は、手の震えの低さや不安の低さと関連していた。

第4章では、自伝的記憶想起時の自己関連情報の偏り、社会的状況の体験と想起内容の関連についてより詳細な検討が必要という点を踏まえ、“自伝的記憶想起の際の自己関連情報バイアスの検討”、“社会的状況における体験と記憶想起内容との関連の検討”を目的とした。すべての参加者に同じ実験状況(スピーチ場面)を体験してもらい、数日後にその時の出来事を思い出してもらった。実験の結果、社交不安傾向が高い参加者は、低い参加者よりもネガティブな自己関連記憶を多く想起する傾向が明らかになった。緊張や不安感といった感情、失敗した振る舞い(行動)や身体感覚を多く想起していた。これらは作動自己に活性化されやすい情報であることが考えられる。また出来事後の反すう(Post-event processing)が多い人ほど、自分の失敗した振る舞いや身体症状を多く想

起する傾向が明らかとなり、出来事後に出来事の記憶と作動自己の繋がりが強まっていると考えられる。身体感覚については、生理指標には有意な差はみられなかったが、社交不安傾向が高い参加者は、自己評価の側面で、不安症状を強く訴えており、それは2日後にも維持されていた。社交不安傾向の高い人のほうが不安関連の身体症状を強く感じていた。記憶の視点は、観察者視点ではなく、ほとんど現場視点から記憶想起されていた。

第5章では、ポジティブな自己イメージによる影響を検討した先行研究が少ない点を踏まえ、“異なる情動価の自己イメージの内容の検討”，“異なる情動価を持つ自己イメージが不安やパフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。実験を行った結果、社交不安傾向が高い人が過去のエピソード記憶に基づいて生成したネガティブな自己イメージには、緊張感や身体感覚が含まれていた。社交不安傾向の高い人に、現在の自己としてネガティブな自己イメージを保持したままの状態、スピーチ課題を実施してもらったと、統制条件と比較して不安感が高まり、他の人に自分の身体症状がみえていると評価した。評定者評価においても、両群とも、ネガティブな自己イメージを保持した参加者は、不安でぎこちなく評価されていた。加えて、自己評価と評定者評価の比較から、社交不安傾向の高い参加者は、ネガティブ条件において、赤面や発汗といった不安関連行動を過大評価していた。その一方、ポジティブな自己イメージを保持してもらったと、スピーチ中の不安感が高まったが、外顕的な身体症状(e.g. 赤面や手の震え)が他者に気づかれていないと報告していた。また自己評価と評定者評価との比較から、ポジティブな自己イメージを保持した参加者は、ネガティブな自己イメージを保持した参加者よりも、自己の肯定的な振る舞いを過小評価する傾向がみられた。実験

的に作動自己の一時的な目標を操作し、参加者には自伝的記憶へのアクセス、自己イメージを生成・維持を求めることで、作動自己は、過去の自伝的記憶へのアクセスと現在の自己イメージを維持しながら、現在の自己と一貫性を維持するように符号化・検索が行われるように機能していた。第5章においても、社交不安群によって、スピーチ場面での現在の自己が異なっていたと考えられ、現在の自己との一貫性を維持するように機能した可能性が考えられる。

第6章では、先行研究で自己イメージの性質的側面である感覚モダリティ(視点・身体感覚)に着目した検討が少ない点を踏まえ、“感覚モダリティを指定した際の自己イメージの特徴の検討”、“感覚モダリティが異なる自己イメージが不安・パフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。実験を行った結果、社交不安傾向の高い人は、観察者視点から自己イメージを生成することで、イメージ自体がネガティブな情動価を含むことが明らかになった。また、観察者視点から自己イメージを生成したままスピーチを行うと、現場視点からイメージした時と比較して、不安と落ち込みが増加した。不安関連行動については、イメージの諸側面による影響はみられなかった。社交不安傾向が低い人は、観察者視点からイメージすることで、他者から見たスピーチの出来が上がっていた。気分や行動の自己評価への影響はみられなかった。また、全体的として、現場視点ではスピーチ前後で不安得点が有意に低下、楽しさ得点の有意な増加がみられたが、観察者視点では不安の低下はみられなかった。身体感覚のイメージ保持によって、全体的にスピーチ前後の不安得点が低下していた。イメージ操作では、作動自己に働きかけ、現在の自分の見方や身体の感じ方を自己イメージという形で生成・維持しながらスピーチ課題を行ってもらうことで、参加者は「社会的状況での自己」という

目標に沿って、自伝的記憶から情報を活性化させ、その記憶と現在の身体感覚からの情報を操作して、自己イメージを生成していた。高社交不安群の参加者は、活性化された情報を観察者視点のイメージとして操作することで、不安をより強く感じ、低社交不安群の参加者は、情報を観察者視点のイメージとして操作することで、現在の自己の振る舞いをモニタリングし、目標に向かって行動を制御し、結果としてスピーチの出来の向上に繋がっていた。

本論文全体を通して、“社交不安特有の自己認識について、作動自己(自伝的記憶、自己イメージ)を用いて詳細に検討すること”を目的とした。本研究の知見は、社交不安の認知モデルに導入して整理することができ、第2章に述べた目的を達成することができた。

第1章で提唱した作動自己を導入した社交不安の認知モデルに本研究の知見を組み込み、Fig.7-1-1に示した。以下に、順にモデルに沿って説明する。

社交不安傾向の高い人は、スピーチ場面といった社会的状況に入ると、思い込みが活性化され、不安が他者に察知されるリスクを高く見積もる(第1章 理論的検討)。リスク認知が増幅し、社会的対象として自己を処理する過程を活性化させる。現在の一時的な目標に沿って作動自己が機能することで、過去に不安を感じた社会的状況にアクセスし、汗や赤面、声の震え、心臓の鼓動といった身体感覚情報を活性化させやすい(第3章 研究 1-2, 1-3)。特に、社交不安の高い人は社交不安の低い人よりも可視的・可聴的な身体感覚を多く想起する傾向がみられる。また、ネガティブな自己関連情報(不安感や失敗した行動)を活性化しやすい(第4章 研究 2-2)。作動自己内で活性化された情報と知覚された現在の身体感覚から、緊張感や不安関連の身体症状を含んだ自己イメージが生成さ

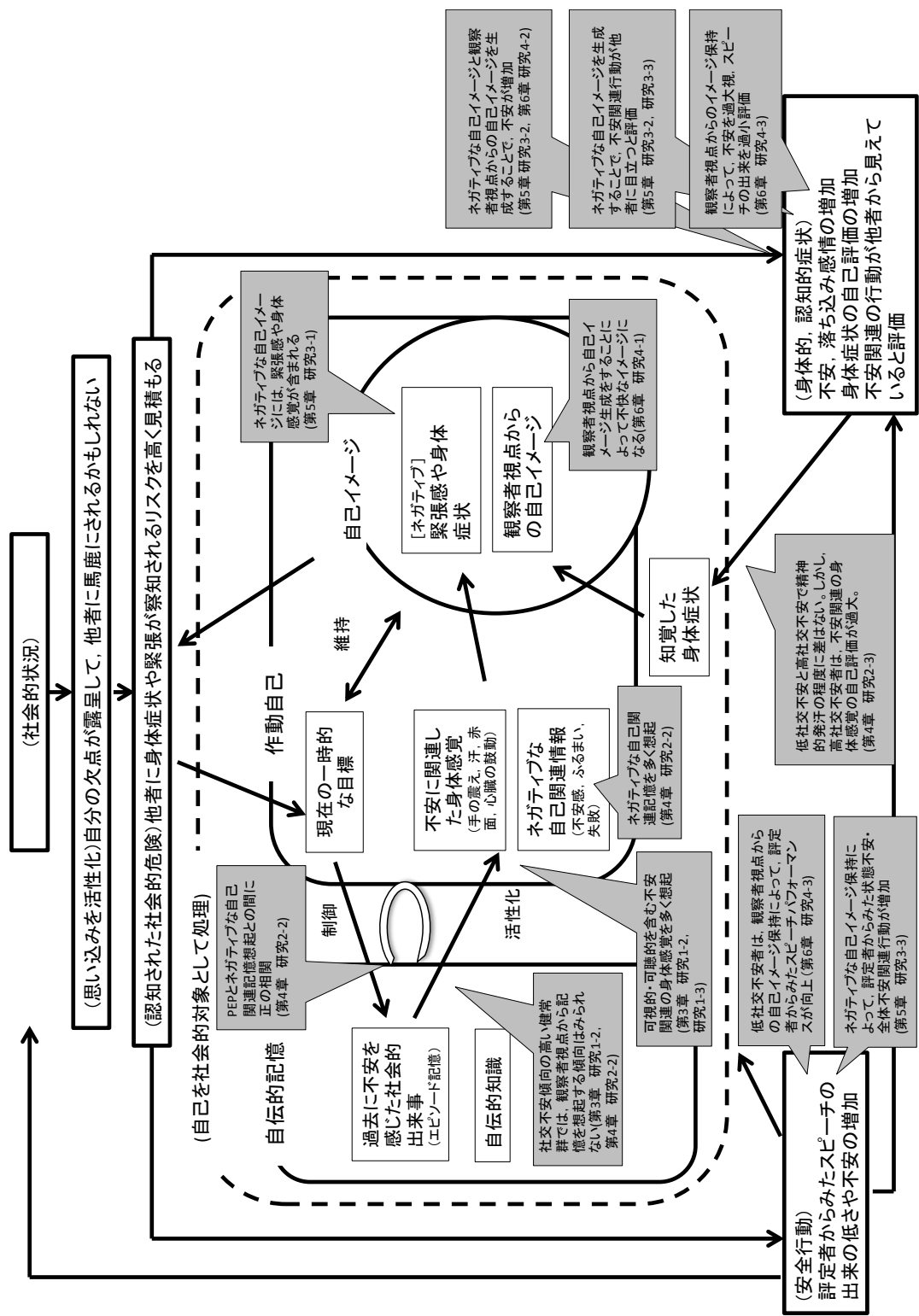


Fig. 7-1-1 本論文で得られた知見を記載したモデル

れる(第5章 研究3-1)。観察者視点からのイメージは、不快である(第6章 研究4-1)。ネガティブ・観察者視点からのイメージを保持すると、不安が高まる(第5章 研究3-2, 研究3-3, 第6章 研究4-2)。ネガティブな自己イメージの保持は、不安関連行動を高める(第5章 研究3-2, 研究3-3)。観察者視点からのイメージは、不安の過大視、スピーチの出来の過小評価につながる(第6章 研究4-3)。安全行動の増加から、周りの人から不安を感じているとみなされ、話が上手ではないと評価される(第5章 研究3-3)。

しかしながら、上記のように認知モデルに研究結果を示したが、いくつかの点について、明確になっていない点がみられる。1点目として、第3章と第4章で扱った自伝的記憶想起は、オンラインではなかった点が挙げられる。オンラインとは、脅威を感じる社会的状況下にいることを示し、作動自己を導入した社交不安の認知モデルは、社会的状況に突入した際(オンライン)の内的過程を扱っている。本論文では、社会的状況に置かれていない時(オフライン)において、社交不安傾向の高い人は、不安に関連した身体感覚(他者に気づかれうる身体感覚を含む)やネガティブな自己関連情報を多く想起しやすく、何度も出来事を反すうする傾向にあることが明らかになった。このようなオフライン状況下での作動自己と自伝的記憶情報の繋がりや強さは、オンライン状況下に作動自己と自伝的記憶との繋がりにも影響を与えることが推測できるが、その点は本論文では明らかになっていない。今後、オンライン状況下において、作動自己へ活性化しやすい自伝的記憶研究情報を検討することが期待される。2点目としては、本モデルに示した自伝的記憶から活性化される情報の偏りが、1つのエピソード記憶想起の研究結果に基づく点である。作動自己が長期記憶内から活性化する自己関連情報は、本論文で示した

特定のエピソード記憶だけではなく、その他の自伝的記憶からも活性化されると考えられる。本論文で明らかになった点は一部分であるため、概括化されたエピソード記憶や自伝的知識についての検討が今後求められる。3点目として、本論文において、自伝的記憶想起の視点バイアス(観察者視点からの想起)は認められなかった点である。この知見をもって、社交不安者の記憶想起の視点バイアスが存在しないとは断定することは困難である。その理由として、第1章で先行研究を概観したように、社交不安障害患者といった臨床群において観察者視点のバイアスがみられたが(Wells et al., 1988: Wells & Papageorgiou, 1999: Coles et al, 2001), その一方で、社交不安傾向の高い健常群を対象とした本論文の第3章や第4章, Stopa & Bryant(2004)においては、観察者視点バイアスはみられなかった点が挙げられる。社交不安障害患者は、過去の不安を感じた社会的出来事を思い出す際に、強い不安感や恐怖感が伴うと考えられる。可能な限り、出来事との距離をとるように観察者視点から想起し、ネガティブ感情を下げている。しかしその一方で、社交不安傾向が高い人は、思い出す出来事のネガティブ感情が強くないため、現在の自分と距離をとる必要がないと考えられ、観察者視点のバイアスがみられなかった可能性が考えられる。今後は、自伝的記憶想起時の視点バイアスについては、参加者の特性を考慮に入れた検討が期待される。

第2節 自伝的記憶想起とイメージ生成における視点

本節では、各研究における観察者視点と現場視点の知見を概観し、考察を行う。

観察者視点については、各研究で異なる結果が得られた。具体的には、自伝的記憶想起においては、観察者視点が優位になる傾向はみられず、イメージ生成においては、観察者視点からのイメージが不安の増加を引き起こす傾向がみられた。

観察者視点の機能である **Dispassionate Observer**(公平な観察者)は、社交不安傾向の低い参加者でみられた。本研究のような非社会的状況(オフライン)での想起は、過去の自己と現在の自己が一致しないため、出来事と距離をとり、ネガティブな感情体験を弱め、客観的に自己を見つめることで、スピーチでの振る舞いの制御につながっていた。観察者視点の **Dispassionate Observer** 機能は、社交不安傾向の高い参加者にはみられなかった。

その一方で、観察者視点の **Salient Self**(際だった自己)機能は、社交不安傾向の高い参加者に部分的にみられた。観察者視点をもつ **Salient Self** 機能は、イメージ生成の際に強く機能し、参加者の不安感を強調したと考えられる。想起した自己が現在の自己と一致している場合、観察者視点からの想起は、情動体験を高めると指摘されている。

以上をまとめると、社交不安の程度により、観察者視点の機能は異なることが明らかになった。

観察者視点の **Salient Self** 機能が、社交不安傾向の高い参加者に部分的であったのは、臨床群と健常群の差異が影響したと考えられる。本研究が対象とした大学生は健常群であり、臨床群と比較して、自己概念の

ネガティブさが弱いと考えられる。そのため、現在の自己と過去の自己が一致せず、**Salient Self**の機能が必要とされなかったため、観察者視点が生起しにくかった。社交不安障害患者は、常に社会的状況でうまくいっていない現在の自己を保持しているために、先行研究では現在の自己と過去の自己とが一致し、観察者視点が**Salient Self**として機能したと考えられる。

現場視点については、社会的状況での自分の行動や気持ち、他者や周囲の様子に焦点を当てて想起してもらうことで、社交不安傾向の高い人は自分の目を見たように出来事を想起し、低社交不安群よりも再体験したような感覚に陥っていた。また現場視点のイメージをしてスピーチを行うことで、注意が自分の内面から周囲の環境にシフトし、不安が低減していた。記憶を現場視点で想起することは、観察者視点よりも主観的な情動レベルを増加させることや(Sutin & Robins, 2008)、現場視点からのイメージは現実感が強い(岩田・長谷川, 1986)と指摘されている。本論文においても、先行研究と類似した現場視点の効果が示された。

社交不安と視点との関連は密接であるが、視点の機能や視点の決定要因については不明な点が多いため、想起意図や自己概念といった観点からの検討が今後期待される。

第3節 本研究の意義

本研究の学術的意義

社交不安における自己認識に関する研究を概観し、作動自己の概念を用いて、社交不安の認知モデルの整理・精緻化を行った。これによって、「ネガティブで歪んだ自己認識」と呼ばれていた社交不安特有の自己認識を複数の要素に分解することが可能になった。要素に分解することで、検討する対象が明確になり、実験や調査を用いた実証的検討が可能になると考えられる。つまり、本研究は、社交不安障害の疾病モデルの理解、有効な治療法の開発につながり、将来的には、本邦の臨床心理学・精神医学の発展、精神疾患に苦しむ人のQOL向上に寄与するだろう。

本研究の臨床的意義

近年、自己イメージを含めた、心的イメージ(mental imagery)を用いた心理療法が活発になっている。Hackmannは、2011年に「Oxford Guide to Imagery in Cognitive Therapy」を刊行し、認知療法における心的イメージの実証的研究・臨床実践を紹介している(Hackmann, Bennett-Levy & Holmes, 2011)。その中で、彼女は、心的イメージを基礎とした治療法が、将来の認知療法の発展する一つの方向性であることを指摘している。

具体的には、本論文の各研究の結果から、自伝的記憶から想起される情報の偏りを軽減する方法と、自己イメージの変容を促し、自己評価やパフォーマンス評価を改善する方法が考えられる。

自伝的記憶から想起される情報の偏りを軽減する方法は、第4章の結果から、社会的状況後にその出来事についてくよくよ思い返す頻度を下

げるための割り切りを促すことである。この介入をすることで、ネガティブな自己関連情報が活性化されにくくなる可能性が考えられる。

次に、自己イメージの変容を促し、自己評価やパフォーマンス評価を改善する方法は、第5章と第6章の結果から、第5章の実験と同様に、ある社会的状況における過去のうまくいった自分の様子をイメージしてもらうことである。この介入により、ポジティブな自己イメージによる効果が得られると考えられる。また、第6章の研究4-2、研究4-3の結果から、ある社会的状況に臨む前に、その場でどのような情景が見えるかを一人称の視点からイメージしてもらう介入方法と、身体感覚に意識してイメージをしてもらう方法である。この介入によって、社会的状況での不安感を下がる効果が得られる。これらの介入案は、本論文では実験的検討をしていないため、今後のより詳細な検討が求められる。

第4節 本研究の限界と今後の展開

前節で述べたように、本論文において検討された知見は、学術的意義と臨床的意義をそれぞれ有しているといえるが、限界も有している。以下に、まず本論文の限界を述べ、続いて今後の展開を述べる。

第一に、本論文では、自伝的記憶としてエピソード記憶を中心に扱った点である。先行研究によると、自伝的記憶の中には、本研究で検討したエピソード記憶に該当する個人的記憶(personal memory)に加え、概括的な個人的記憶(generic personal memory)、自伝的事実 autobiographical fact)、自己スキーマ(self-schema)が含まれている(Brewer, 1986)。これらは、記憶の表象形態(具体的に想起できるか/できないか)・獲得条件(1回の経験に基づくか/複数の経験に基づくか)によって分類されている。本研究のエピソード記憶(個人的記憶)は、具体的に想起できる1回の経験に基づいた記憶であった。しかしながら、本研究で検討した自伝的記憶から作動記憶内に活性化されやすい情報には、上記のその他の自伝的記憶も関連していると考えられる。特に、自己認識は、過去の経験の積み重ねによって、作り上げられている部分が大きく、複数の経験に基づく記憶である概括的な個人記憶や自己スキーマといった側面が現在の自己認識に影響を与えている。

以上の点を踏まえ、今後は、社交不安において、自己スキーマや概括的な個人的記憶に焦点を当てて、作動自己内への活性化のしやすさを検討することが必要である。

第二に、本論文では、社交不安の自己認識について、部分ごとにしか検討できていない点があげられる。各研究では、自伝的記憶から活性化されやすい情報の傾向と、自己イメージの諸側面が持つ影響について、

個別的に検討を行った。各認知要因(自伝的記憶, 自己イメージ)を同時に扱って検討した研究は十分になされていない。唯一, 第5章において, 自伝的記憶(過去の社会的状況)と, それに関連した自己イメージについて検討を行っていた。

以上の点を踏まえ, 今後は, どのような自伝的記憶(エピソード記憶, 自伝的知識)と, 自己イメージが強い結びつきを持っているかをより詳細に検討することが必要とされる。

第三に, 本研究での対象者が大学生であった点が挙げられる。本研究で検討した社交不安の認知モデルは, 本来, 社交不安障害を念頭に作成されたモデルであった。本研究では, 社交不安障害患者特有の心理過程(曖昧な社交場面のネガティブな解釈, 社交場面記憶の観察者視点からの想起など)が, 社交不安の高い健常者にも確認されるという前提(Stopa & Clark, 2001)に立って検討を行った。しかしながら, 本研究での結果がそのまま臨床群にも当てはまるかどうかは本研究では明らかになっていない。モデルをより精緻なものにし, 治療に役立てていくためには, 臨床群においても, 本研究で確認された自己認識過程を検討することが必要である。

以上の点を踏まえ, 今後は, 健常大学生で得られた知見を, 臨床群である社交不安障害患者においても検討することが必要であると考えられる。

引用文献

- Aitken, R. C. (1969). Measurement of feelings using visual analogue scales. *Proceedings of the Royal Society of Medicine*, **62**, 989-993.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5th ed.(DSM-5). Washington DC.
- (高橋三郎・大野裕(監訳) (2014). *DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル* 医学書院)
- Anderson, B., Goldin, P. R., Kurita, K. & Gross, J. J. (2008). Self-representation in social anxiety disorder: Linguistic analysis of autobiographical narratives. *Behaviour Research and Therapy*, **46**, 1119-25.
- Beck, A.T., Laude, R. & Bohnert, M. (1974). Ideational components of anxiety neurosis. *Archives of General Psychiatry*, **31**, 319-325.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilford Press.
- Baddeley, A. D. (1986). *Working memory*. New York: Oxford University Press.
- Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory? Rubin, D. C. (Ed.) *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. 25-69.
- Brown, M. A. & Stopa, L. (2007). The spotlight effect and the illusion of transparency in social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, **21**, 804-19.
- Chambless, D. L., & Caputo, G. C. (1984). Assessment of fear of fear

- in agoraphobics: The body sensations questionnaire and the agoraphobic cognitions questionnaire. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **52**, 1090-1097.
- Clark, D. M. & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. Heimberg, R. G., Liebowitz, M., Hope, D. A. & Schneier, F. R. (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-92). New York: Guilford Press.
- Coles, M. E., Turk, C. L., Heimberg, R. G. & Fresco, D. M. (2001). Effects of varying levels of anxiety within social situations: Relationship to memory perspective and attributions in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **39**, 651-665.
- Conway, M. A. (2001). Sensory-perceptual episodic memory and its context: Autobiographical memory. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, **356**, 1375-1384.
- Conway, M. A. (2005). Memory and self *Journal of Memory and Language*, **53**, 594-628.
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, **107**, 261-288.
- Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social Cognition*, **22**, 491-529.
- D'Argembeau, A., Van der Linden, M., d'Acremont, M. & Mayers, I. (2006). Phenomenal characteristics of autobiographical memories

- for social and non-social events in social phobia. *Memory*, **14**, 637-647.
- Edelmann, J. E., & Baker, S. R. (2002). Self-reported and actual physiological responses in social phobia. *British Journal of Clinical Psychology*, **41**, 1-14.
- Fehm, L., Schneider, G. & Hoyer, J. (2007). Is post-event processing specific for social anxiety? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, **38**, 11-22.
- Gilovich, T., Savitsky, K. & Medvec, V. H. (1998). The illusion of transparency: Biased assessments of others' ability to read one's emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 332-346.
- Govern, J. M., & Marsch, L. A. (2001). Development and Validation of the Situational Self-Awareness Scale. *Consciousness and Cognition*, **378**, 366-378.
- Hackmann, A., Bennett-Levy, J. & Holmes, E.A. (2011). *Oxford guide to imagery in cognitive therapy*. New York: Oxford University Press.
- Hackmann, A., Clark, D. M. & McManus, F. (2000). Recurrent images and early memories in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 601-610.
- Hackmann, A., Surawy & Clark, D. M. (1998). Seeing yourself through others' eyes: A study of spontaneously occurring images in social phobia. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, **26**, 3-12.

- 林 潔・瀧本孝雄 (1991). Beck Depression Inventory(1978 年版)の検討と Depression と Self-efficacy との関連についての一考察 白梅学園短期大学紀要, **27**, 43-52.
- Hirsch C.R., Clark D. M., Mathews, A. & Williams, R. (2003). Self-images play a causal role in social phobia. *Behaviour Research and Therapy* **41**, 909-921.
- Hirsch, C. R. & Holmes, E. a. (2007). Mental imagery in anxiety disorders. *Psychiatry*, **6**, 161-165.
- Hirsch, C. R., Mathews, A., Clark, D. M., Williams, R. & Morrison, J. A. (2006). The causal role of negative imagery in social anxiety: A test in confident public speakers. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, **37**, 159-170.
- Hirsch, C. R., Meynen, T. & Clark, D. M. (2004). Negative self-imagery in social anxiety contaminates social interactions. *Memory*, **12**, 496-506.
- Holmes, E.A. & Mathews, A. (2005). Mental imagery and emotion: A special relationship? *Emotion* **5**, 489-497.
- 五十嵐友里・嶋田洋徳 (2008). Post-Event Processing が社会的場面における解釈に及ぼす影響 行動療法研究 **34** 149-161.
- 石川利江・佐々木和義・福井至 (1992). 社会的不安尺度 FNE・SADS の日本版標準化の試み 行動療法研究, **18**, 10-17
- 岩田 泉・長谷川浩一 (1986). 運動動作学習のメンタル・リハーサルにおける観察自己イメージと経験自己イメージ 催眠学研究, **30・31**, 45-48.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context:

- Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, **10**, 144-156.
- 金井嘉宏・笹川智子・陳峻雯・嶋田洋徳・坂野雄二 (2004). Social Phobia Scale と Social Interaction Anxiety Scale 日本語版の開発 心身医学, **44**, 841-850
- 笠原 嘉 (1977). 青年期—精神病理学から— 中公新書
- 小泉晋一 (1997). スピーチ場面イメージの鮮明度にイメージ能力とスピーチ不安が及ぼす影響 心理学研究, **68**, 203-208.
- 小泉晋一 (2005). 情動心像の情動価が心像の体験様式に及ぼす影響 岐阜聖徳学園大学紀要(教育学部編), **44**, 65-78.
- Mansell, W., & Clark, D. M. (1999). How do I appear to other? Social anxiety and processing of the observable self. *Behaviour Research and Therapy*, **37**, 419-434.
- Mattick, R.P., & Clarke, J.C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, **36**, 455-470
- Manyande, A., Berg, S., Gettins, D., Stanford, S. C., Mazhero, S., Marks, D. F. & Salmon, P. (1995). Preoperative rehearsal of active coping imagery influences subjective and hormonal responses to abdominal surgery. *Psychosomatic Medicine*, **57**, 177-182.
- McEwan, K.L. & Devins, G.M. (1983). Is increased arousal in social anxiety noticed by others? *Journal of Abnormal Psychology*, **92**, 412-421.
- McKay, M., Wood, J.C. & Brantley, J. (2007). *The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook: Practical DBT exercises of*

- learning mindfulness, interpersonal effectiveness, emotion regulation & distress tolerance* Oakland: New Harbinger Publications.
- (マッケイ, M.他 遊佐安一郎・荒井まゆみ(訳) 弁証法的行動療法 実践トレーニングブックー自分の感情とよりうまくつきあってゆくためにー 星和書店)
- McNally, R. J., Otto, M. W. & Hornig, C. D. (2001). The voice of emotional memory: Content-filtered speech in panic disorder, social phobia, and major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, **39**, 1329-1337.
- Mellings, T. M. B., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety : the effects of self- focus , rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 243-257.
- Mersch, P. (1995). The treatment of social phobia: The differential effectiveness of exposure in vivo and an integration of exposure in vivo, rational emotive therapy and social skills training. *Behaviour Research and Therapy*, **33**, 259-269.
- Morgan, J. (2010). Autobiographical memory biases in social anxiety. *Clinical Psychology Review*, **30**, 288-297.
- Moscovitch, D. A. (2009). What is the core fear in social phobia?: A new model to facilitate individualized case conceptualization and treatment *Cognitive and Behavioral Practice*, **16**, 123-134.
- Nigro, G. & Neisser, U. (1983). Point of view in personal memories. *Cognitive Psychology*, **15**, 467-482.

- 入戸野宏 (2004). 心理生理学データの分散分析 生理心理学と精神生理学, **22**, 275-290.
- Rachman, S., Grüter-Andrew J, & Shafran R. (2000). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, **38**, 611-617.
- Rapee, R. M. & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **35**, 741-756.
- Rubin, D. C., Schrauf, R. W., & Greenberg, D. L. (2003). Belief and recollection of autobiographical memories. *Memory & cognition*, **31**, 887-901.
- 佐藤浩一 (2011). 第8章 自己と記憶 太田信夫・巖島行雄(編) 現代の認知心理学2 記憶と日常 北大路書房
- 佐藤浩一・越智啓太・下島裕美 (2008). 自伝的記憶の心理学 北大路書房
- Savitsky, K. & Gilovich, T. (2003). The illusion of transparency and the alleviation of speech anxiety. *Journal of Experimental Social Psychology*, **39**, 618-625.
- Schlenker, B. R. & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, **92**, 641-669.
- 清水秀美・今栄国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版(大学生用)の作成. 教育心理学研究, **25**, 62-67.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R.L.& Lushene. R.E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting

Psychologists Press

- Spokas, E. M., Rodebaugh, L. T. & Heimberg, G. M. (2007). Cognitive biases in social phobia. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes* **6**, 204-210.
- Spurr, J. M. & Stopa, L. (2003). The observer perspective : Effects on social anxiety and performance. *Behaviour Research and Therapy*, **41**, 1009-1028.
- Stopa, L. (2009a). Chapter 1 Imagery and the threatened self. Stopa, L.(Ed.) *Imagery and the threatened self : Perspective on mental imagery and the self in cognitive therapy*. London: Routledge, pp.1 – 14.
- Stopa, L. (2009b). Reconceptualizing the self. *Cognitive Behavioral Practice*, **16**, 142-148.
- Stopa, L. & Bryant, T. (2004). Memory perspective and self-concept in social anxiety: An exploratory study. *Memory* **12**, 489-495
- Stopa, L., & Clark, D. M. 2001 Social phobia: Comments on the viability and validity of an analogue research strategy and British norms for the fear of negative evaluation questionnaire. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, **29**, 423-430.
- Stopa, L. & Jenkins, A. (2007). Images of the self in social anxiety : Effects on the retrieval of autobiographical memories. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, **38**, 459-473.
- Sutin, A.R. & Robins, R. W. (2008) When the “I” looks at the “Me” : Autobiographical memory, visual perspective, and the self. *Consciousness and Cognition* **17**, 1386-1397.

- 田中輝美・佐々木雄二 (1994). 教示モダリティと情報量の違いが恐怖イメージに及ぼす影響 *行動療法研究*, **20**, 1-7.
- Vassilopoulos, S. P. (2005). Social anxiety and the effects of engaging in mental imagery. *Cognitive Therapy and Research*, **29**, 261-277.
- Watson, D. & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluation anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* **33**, 448-457.
- Wells, A., Clark, D.M. & Ahmad, S. (1998). How do I look with my minds eyes: Perspective taking in social phobic imagery. *Behaviour Research and Therapy*, **36**, 631-634.
- Wells, A. & Papageorgiou, C. (1999). The observer perspective: Biased imagery in social phobia, agoraphobia, and blood/injury phobia. *Behaviour Research and Therapy*, **37**, 665-658.
- Woolfolk, R. L., Parrish, M. W. & Murphy, S. M. (1985). The effects of positive and negative imagery on motor skill performance. *Cognitive Therapy and Research*, **9**, 335-341.

要 約

目 的

社交不安とは、対人関係や社会的な生活で営んでいく中で生じる感情であり、過剰な不安は日常生活に著しい機能低下をもたらす。社交不安の理解・援助のため、社交不安傾向の高い人が社会的状況で不安を感じる過程を示す認知行動的モデルが提唱されている。そのモデルでは“他者の目というフィルターを通した自分の姿(自己を社会的対象として処理)”が重要な機能を持っている。そこで、本論文は、“社交不安の「自己を社会的対象として処理」する過程に着目した上で、社交不安特有の自己認識について詳細に検討すること”を大目的とした。

このような大目的を達成するために、自己を社会的対象として処理する過程に作動自己の概念を導入し、作動自己が関与する2つの側面から具体的な目的を設定した。

第一の目的は、作動自己が目標に沿って活性化する情報(自伝的記憶情報)の偏りを詳細に検討するということであった。自伝的記憶からの情報が活性化し、作動自己の要素となっていると考えられるため、どのような自伝的情報が活性化されやすいかは重要である。社交不安の自伝的記憶研究を概観したところ、自伝的記憶想起の内容の偏りと記憶想起時の視点の偏りが報告されていた。しかしながら、先行研究を概観した結果、自伝的記憶からの想起内容が多様な点、社会的状況下での体験と想起内容の関連が明確ではない点、記憶想起時の視点が研究間で異なる点といった不明確な点がみられた。

第二の目的は、作動自己に活性化した情報から生成された自己イメージの機能や影響についての検討を行うことであった。自己イメージが、社会的状況下で不安の維持やパフォーマンスの低下をもたらすと考えら

れるので、自己イメージのどのような側面が不安の増加やパフォーマンスの低下につながるのかを検討することは重要である。先行研究を概観した結果、ネガティブな情動価を持つ自己イメージにより、不安やパフォーマンスへの悪影響が示されていた。しかしながら、他の情動価(例えば、ポジティブな情動価)を持つ自己イメージによる影響を検討した研究は少ない。また、イメージの視点やイメージ内の身体感覚といったイメージの諸側面が不安の維持に影響を及ぼす可能性が示された。

研究協力者と方法

研究協力者は全て大学生であった。合計 328 名を対象に、調査と実験を行った。方法については、1 回の質問紙調査と、3 回の実験室実験であった。質問紙調査は、主に大学の講義時間内に質問紙を配布して調査を依頼し、実施に同意した者のみに回答を求めた。実験室実験は、主に大学の講義時間終了時に、募集用紙を配布し、参加者を募った。後日、実験室への来訪を求め、実験内容に同意した者のみに参加を求めた。

結 果

第 1 章において、社交不安の認知モデルに関する文献研究を行い、社会的対象としての自己の過程が重要であるが、十分に検討が行われていない点を挙げ、作動自己を導入した社交不安の認知モデルを提唱した。その結果、社交不安の認知モデルは 2 つの観点から検討できることが明らかになった。一つは、自伝的記憶から作動自己へ活性化される情報の偏り(バイアス)の検討と、もう一つは、作動自己内で生成された自己イメージが不安とパフォーマンスに与える影響の検討であった。それぞれの先行研究を検討し、自伝的記憶想起における内容のバイアスや視点の

バイアスに関する研究が不十分である点，自己イメージの諸側面が与える影響に関する研究が不十分である点が明らかになった。第 2 章では，文献研究の結果を受けて，本研究の目的を設定し，第 1 章と併せて理論的検討とした。

第 3 章以降は，2 つの具体的な目的に対応する形で，実証的検討を行った。第 3 章においては，自伝的記憶想起時の視点の偏りと身体感覚情報との関連を検討するため，質問紙調査を行った。その結果，参加者は面接場面や発表場面といった社会的状況でのエピソードを想起し，不安を感じた社会的状況は最近であるほど思い出す頻度が高かった(研究 1-1)。社会的状況でのエピソード想起における視点の偏りを検討したところ，社交不安傾向の高い人は，観察者視点(あたかも外部から見たような視点)から記憶想起をするバイアスはみられなかった(研究 1-2)。社交不安の高い人は，低い人よりも，心臓の鼓動だけでなく「可視的・可聴的な(他者から見えうる)身体症状」を中心に思い出しやすいことが明らかになった(研究 1-2，研究 1-3)。

第 4 章では，自伝的記憶想起時の自己関連情報の偏り，社会的状況の体験と想起内容の関連について，より詳細な検討が必要である点を踏まえ，“自伝的記憶想起の際の自己関連情報バイアスの検討”，“社会的状況における体験と記憶想起内容との関連の検討”を目的とした。参加者に計 2 日間の実験室実験を用いて検討を行った。具体的には，すべての参加者に同じ実験状況(スピーチ場面)を体験してもらい，2 日後に再度来室し，その時の出来事を思い出してもらった。スピーチ場面の体験については，社交不安傾向の高い参加者は，低い参加者と比較して，他者から見えている自分への関心が強く，周囲にも意識を向ける傾向にあり，全体として強い不安を感じていた(研究 2-1)。社交不安傾向が高い参加者

は、低い参加者よりも、緊張や不安感といった感情や、失敗した振る舞い(行動)、身体感覚といったネガティブな自己関連記憶を多く想起する傾向が明らかになった(研究 2-2)。出来事後の反すう(Post-event processing)と想起内容の相関分析の結果から、ネガティブな自己関連情報を多く想起するバイアスは、出来事の後に反すうするほどに強まる傾向がみられた(研究 2-2)。身体感覚については、生理指標には有意な差はみられなかったが、社交不安傾向が高い参加者は、自己評価の側面で、不安症状を強く訴えており、それは 2 日後にも維持されていた。自己評価は、社交不安傾向の高い人のほうが高く、不安関連の身体症状を強く感じていた(研究 2-3)。

第 5 章では、ポジティブな自己イメージによる影響を検討した先行研究が少ない点を踏まえ、“異なる情動価の自己イメージの内容の検討”，“異なる情動価を持つ自己イメージが不安やパフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。参加者に実験室実験への参加を求め、検討を行った。またスピーチ場面の参加者の様子をビデオカメラで録画し、独立評定者 2 名に評価を求めた。社交不安傾向が高い人が生成したネガティブな自己イメージには、緊張感や身体感覚が含まれていた(研究 3-1)。社交不安傾向の高い人に、ネガティブな自己イメージを保持してもらうと、統制条件と比較して不安感が高まり、他の人に自分の身体症状がみえていると評価した(研究 3-2)。評定者評価においても、両群とも、ネガティブな自己イメージを保持した参加者は、不安でぎこちなく評価されていた。加えて、自己評価と評定者評価の比較から、社交不安傾向の高い参加者は、ネガティブ条件において、赤面や発汗といった不安関連行動を過大評価していた(研究 3-3)。その一方、ポジティブな自己イメージを保持してもらうと、スピーチ中の不安感が高まったが、外顯的な身体

症状(e.g. 赤面や手の震え)が他者に気づかれていないと報告していた(研究 3-2)。

第 6 章では、先行研究において自己イメージの感覚モダリティ(視点・身体感覚)に着目した研究が少ない点を踏まえ、“感覚モダリティを指定した際の自己イメージの特徴の検討”，“感覚モダリティが異なる自己イメージが不安・パフォーマンスに与える影響の検討”を目的とした。参加者に実験室実験への参加を求め、異なる自己イメージを保持したまま、スピーチ課題を行ってもらった。その後、実験時のスピーチ映像を用いて、評定者評価も行った。社交不安傾向の高い人は、観察者視点からの自己イメージを生成することで、イメージ自体がネガティブな情動価を含むことが明らかになった(研究 4-1)。また観察者視点からの自己イメージを生成したまま、スピーチを行うと、現場視点からのイメージした時と比較して、不安と落ち込みが増加した(研究 4-2)。自己の外顕的な身体症状(不安関連行動)におけるイメージの諸側面による影響は、自己評価・評定者評価のどちらの測定でも有意な差がみられなかった(研究 4-2, 研究 4-3)。全体として、観察者視点からのイメージをすることで、現場視点からのイメージと比較し、不安を過大視する傾向がみられた。ただ、社交不安傾向が低い人においては、観察者視点からの自己イメージ保持によって、評定者からスピーチが上手に見えていた(研究 4-3)。現場視点からのイメージと身体感覚を意識したイメージは、スピーチ前後の不安の低減につながっていた(研究 4-2)。

考 察

本論文では、社交不安における自己認識(社会的対象としての自己)を扱った。社交不安の認知モデルに、作動自己の概念を導入し、自伝的記

憶と自己イメージの観点から、自己認識過程の精緻化を行った。そして、作動自己が関与する自伝的記憶バイアスと、自己イメージの諸側面が持つ機能にわけて、モデルをより詳細にすることができた。つまり、自伝的記憶バイアスとしては、社交不安傾向が高い人は、ネガティブな自己関連情報を多く想起しやすいこと、見えない身体感覚(心臓の鼓動)に加えて、可視的・可聴的な身体感覚を多く想起しやすいことが明らかになった。また自己イメージの諸側面が持つ機能としては、社交不安傾向が高い人は、作動自己内にネガティブな自己イメージを保持することによって、不安の増加や他者に自分の身体症状が気づかれていると評価する傾向を高めることが明らかになった。ぎこちない振る舞いや落ち着かない様子といった安全行動の増加により、周りの人から不安を感じているとみなされ、話が上手ではないと評価されることが明らかになった。観察者視点から自己イメージを生成・維持することによって、生成したイメージを不快な内容と感じ、スピーチ前後の不安を高く評価しやすくなることが示された。観察者視点の機能は、社交不安の程度によって異なることが明らかになった。これらの知見を社交不安の認知モデルに当てはめることで、モデルを整理・精緻化することができた。しかしながら、本論文で明らかになった点は部分的であり、いくつかの点で今後の検討が望まれる。

本研究の意義として、社交不安の認知モデルの整理・精緻化を行った点、自己認識を複数の要素に分けて実証的検討が可能になった点などの学術的意義と、心的イメージを基礎とした認知療法の発展や、多様な精神疾患の理解・治療法開発にも実証的な背景を提供した臨床的意義が挙げられた。本論文の限界としては、自伝的記憶内のエピソード記憶のみを検討している点、社交不安の認知モデルの複数の認知要素(自伝的記憶、

自己イメージ)を同時に検討していない点, 研究協力者が大学生のみであった点が挙げられた。

結 論

社交不安の認知モデルにおける自己認識を整理・精緻化することができた。作動自己という概念をモデルに導入し, 作動自己が関与する自伝的記憶と自己イメージという 2 つの認知要素に分けて検討を行った。自伝的記憶から活性化しやすい情報の傾向, 不安や自己評価の悪化を引き起こしやすい自己イメージの側面が明らかになった。社交不安の自己認識を複数の要素に分解することで, 検討する対象が明確になり, 実験や調査を用いた実証的検討が可能になる意義があったと考えられる。今後は, 社交不安の認知モデルにおける認知要素を同時に検討し, より豊富な知見の蓄積が求められる。

本論文を構成する研究の発表状況

【審査論文】

泉水紀彦・望月聡 (2014). スピーチ場面における異なる情動価を持つ自己イメージによる影響の検討 行動療法研究 40

【紀要】

泉水紀彦・望月聡 (2012). 社交不安における自己認識研究の動向と展望 — 自己イメージと自伝的記憶バイアスに着目して — 筑波大学心理学研究 44

【国際学会における発表】

Toshihiko Sensui & Satoshi Mochizuki (2010). Effects of experimentally manipulated visual perspectives and body sensations in socially anxious individuals. The 6th World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies(Boston)

【国内学会における発表】

泉水紀彦・望月聡 (2008). 自己イメージの違いがスピーチ中の不安・自己評価に与える影響 日本心理学会第 72 回大会(北海道大学)

泉水紀彦・望月聡 (2009). 社会不安における心的イメージでの視点と身体感覚との関連 日本心理学会第 73 回大会(立命館大学)

泉水紀彦・望月聡 (2010). 社会不安とスピーチ場面の自伝的記憶との関連 日本心理学会第 74 回大会(大阪大学)

泉水紀彦・望月聡 (2011). 社交不安における観察者視点自己イメージと
自己注目 日本心理学会第 75 回大会(日本大学)

泉水紀彦・望月聡 (2013). スピーチ場面の生理指標と自己評価・記憶と
の関連 日本心理学会第 77 回大会(札幌コンベンションセンター)

泉水紀彦・望月聡 (2014). 社交不安と自己イメージの諸側面がスピーチ
場面での自己評価に与える影響の検討—自己イメージの視点と身体
感覚に着目して— 日本認知・行動療法学会第 40 大会(富山国際会議
場)

謝 辞

本博士論文は、筆者が筑波大学第二学群人間学類心理学主専攻、筑波大学大学院人間総合科学研究科ヒューマン・ケア科学専攻臨床心理学分野望月聡研究室において実施した研究をまとめたものです。

はじめに、本論文の主査である青木佐奈枝准教授に心より感謝致します。2012年研究報告会から現在に至るまで、きめ細やかなご指導を頂きました。論文に対するコメントに加えて、様々な局面であたたかい言葉をかけて頂きました。当時、先生からの「大丈夫。なんとかなるから。」という言葉にとっても救われました。

また、論文をご精読頂きました副査の森田展彰准教授、相川充教授に深謝致します。先生方からのご指導・ご意見により、より豊かで明瞭な論文になったと実感しております。

そして、指導教員として10年間ご指導頂いた望月聡先生に心より感謝致します。本論文の副査としてもご指導頂きました。2005年2月に、心理学主専攻の卒業研究のゼミ振り分けがありました。その時に、私は第1希望に落ち、第2希望にも落ち、そして第3希望にも落ちてしまいました。なんとか望月先生に拾って頂きました。この10年間の間、ぼんやり考えてばかりで実行の遅い私を、あたたかく見守り、時には優しく、時には優しく、時には褒めて、時には呆れて、そして時には叱りながら導いていただきました。先生として、そして研究者の先輩として、心から尊敬しております。これからもよろしくお願い致します。

大学院入学時からご指導頂いた放送大学大学院・小川俊樹教授にも深く御礼申し上げます。研究面、臨床面のみならず、人生プランまでご指導を頂きました。今後ともよろしくお願い致します。

私の研究に様々な観点からご指摘をくださった望月研の皆様(大江さん, 黒田さん, 宮前さん, 市川さん, 西村さん, 増山さん, 松本さん, 赤瀬さん, 長澤さん), OB・OGの皆様(定廣さん, 広田さん, 伊里さん, 熊谷さん), 大学院の先輩方・後輩方にも心から感謝を申し上げます。研究室のメンバーには学術面での刺激や精神面のサポートをもらいました。長い付き合いになると思いますが, よろしくお願い致します。

大学院同期の皆様にも, 多くのご支援を頂きました。臨床心理学分野 4 名(大久保さん, 佐々木さん, 関屋さん, 七宮さん), 発達臨床心理学分野 5 名(梅津さん, 尾花さん, 桑原さん, 渡部さん)ですね。私で博士号取得は 4 人目でしょうか。これからもよろしくお願い致します。

そして, 本論文を作成するにあたり, 調査に回答してくださった皆様, 実験に参加してくださった皆様, 実験実施を手伝ってくださった皆様には感謝の言葉でいっぱいです。心理学の研究は, 一人ではできません。人をお願いし, 力を借りた上で初めて成り立つ学問です。御協力いただいた皆様に感謝申し上げます。また本論文作成にあたり, 引用・参考にした多くの研究者の先生方にも感謝を申し上げなくてはなりません。多くの先人から刺激を受け, 先人の肩を借りて, 私の博士論文はできあがりました。私の論文は小さな一歩かもしれませんが, 先人の先生方のように個人や社会をよりよくするための力となれば幸いです。

最後になりましたが, 私を育て, 私が自ら選らんだ道に理解を示し, 応援をしてくれた父と母, 兄に心より感謝いたします。心配ばかりかけてしまい, 申し訳ございません。あなたたちの支えによって, 今の私がいます。一つの形として, この論文をまとめることが出来ました。

みなさま, 本当にありがとう。

平成 27 年 3 月 泉水 紀彦